叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 3 个章节

1. 损耗；或者，给过度劳累者的建议(wear And Tear; Or, Hints For The Overworked) 000001

2. 损耗；或者，给过度劳累者的建议(wear And Tear; Or, Hints For The Overworked) 000002

3. 损耗；或者，给过度劳累者的建议(wear And Tear; Or, Hints For The Overworked) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

损耗；或者，给过度劳累者的建议(Wear and Tear; Or, Hints for the Overworked)

[wer]	[ænd; ənd][ter; tɪ(ə)r]	,
WEAR	**AND**	**TEAR**	**,**
穿	和	撕	,

磨损，

[ɔːr]
OR
或者

或者

[hɪnts]	[fɔːr; fər][ðə; ði]	[ˌoʊvərˈwɜːrkt]
HINTS	**FOR**	**THE**	**OVERWORKED**
提示	为了	这	过度劳累

给过度劳累者的建议

[baɪ]
BY
经过

经过

[es]	.	[wɪr]	['mɪtʃəl]	,	[em]	.	[diː]	.	,	[əl]	.	[diː]	.	['hɑːrv]	.	,
S	**.**	**WEIR**	**MITCHELL**	**,**	**M**	**.**	**D**	**.**	**,**	**LL**	**.**	**D**	**.**	**HARV**	**.**	**,**
S	.	堰	米切尔	,	M	.	D	.	,	二	.	D	.	哈维	.	,

S. WEIR MITCHELL，医学博士，法学博士，哈佛大学

['membər]	[ʌv; əv][ðə; ði]	['næʃ(ə)nəl]	[ə'kædəmi]	[ʌv; əv]['saɪənsəz, 'saɪənsɪz]	,	['prezɪdənt]	[ʌv; əv][ðə; ði]
MEMBER	**OF**	**THE**	**NATIONAL**	**ACADEMY**	**OF**	**SCIENCES**	**,**	**PRESIDENT**	**OF**	**THE**
成员	的	这	国家的	学院	的	科学	,	总统	的	这

['kɑːlɪdʒ]	[ʌv; əv]	[fɪ'zɪʃnz]	[ʌv; əv]	[ˌfɪlə'delfɪr]	,	[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə]	.
COLLEGE	**OF**	**PHYSICIANS**	**OF**	**PHILADELPHIA**	**,**	**ETC**	**.**
大学	的	医生	的	费城	,	ETC	.

美国国家科学院院士、费城内科医师学会主席等。

[fɪfθ]	[ɪ'dɪʃn]	,
FIFTH	**EDITION**	**,**
第五	版	,

第五版

['θɜːrəli]	[rɪ'vaɪzd]	.
THOROUGHLY	**REVISED**	**.**
彻底	修改	.

已彻底修订。

[ˌfɪlə'delfɪr]	:
PHILADELPHIA	**:**
费城	:

费城：

[dʒeɪ]	.	[biː]	.	['lɪpɪnkət]	['kʌmpəni]	.
J	**.**	**B**	**.**	**LIPPINCOTT**	**COMPANY**	**.**
J	.	B	.	利平科特	公司	.

JB LIPPINCOTT 公司。

['lʌndən] : - [ˌhenri'etə] [striːt] , ['kɔvənt] GARDEN1891
LONDON : 10 HENRIETTA STREET , COVENT GARDEN1891
伦敦 : - 亨丽埃塔 街道 , 科文特 GARDEN1891

伦敦：科文特花园亨丽埃塔街10号，1891年

['entərd] [ə'kɔːrdɪŋ] [tuː; tə][ækt][ʌv; əv] ['kɑːŋgrəs] , [ɪn][ðə; ði] [jɪr] - , [baɪ]
Entered according to Act of Congress , in the year 1871 , by
进入 根据 到 行为 的 国会 , 在 这 年 - , 经过

根据国会法案，于1871年登记在册。

[dʒeɪ] . [biː] . ['lɪpɪnkət] & [ˌsiː 'oʊ] . ,
J . B . LIPPINCOTT & CO . ,
J . B . 利平科特 & 一氧化碳 . ,

JB LIPPINCOTT & CO.

[ɪn][ðə; ði] ['ɑːfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði][laɪ'breriən][ʌv; əv] ['kɑːŋgrəs] [æt; ət] ['wɑːʃɪŋtən] .
In the Office of the Librarian of Congress at Washington .
在 这 办公室 的 这 图书管理员 的 国会 在 华盛顿 .

在华盛顿国会图书馆。

['prɪntɪd] [baɪ][dʒeɪ] . [biː] . ['lɪpɪnkət] ['kʌmpəni] , [ˌfɪlə'delfɪr] .
PRINTED BY J . B . LIPPINCOTT COMPANY , PHILADELPHIA .
打印 经过 J . B . 利平科特 公司 , 费城 .

由费城 JB LIPPINCOTT 公司印刷。

['prefəs] .
PREFACE .
前言 .

前言。

[ðə; ði] [reɪt] [ʌv; əv] [tʃeɪndʒ] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ɪn][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] , [ɪn] [dres] ,
The rate of change in this country in education , in dress ,
这 速度 的 改变 在 这 国家 在 教育 , 在 裙子 ,

这个国家在教育、服饰等方面的变化速度

[ænd; ənd][ɪn]['daɪət][ænd; ənd]['hæbɪts][ʌv; əv] ['deɪli] [laɪf] [sə'praiziz] ['iːv(ə)n][ðə; ði][moʊst] ['wɑːtʃfl]
and in diet and habits of daily life surprises even the most watchful
和 在 饮食 和 习惯 的 日常的 生活 惊喜 甚至 这 最多 警惕
[ə'merɪkən] [əb'zɜːrvər] .
American observer .
美国人 观察员 .

他们的饮食和日常生活习惯甚至让最细心的美国观察家都感到惊讶。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [naʊ] [bʌt; bət] [ˌfɪf'tiːn] ['jɪrz] [sɪns] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] [bʊk] [wʌz; wəz] ['rɪt(ə)n] [æz; əz][ə; eɪ] ['wɔːrnɪŋ]
It is now but fifteen years since this little book was written as a warning
它 是 现在 但 十五 年 自从 这 小的 书 曾是 书面 作为 一个 警告
[tuː; tə][ə; eɪ] ['restləs] ['neɪʃ(ə)n] [pə'zest] [ʌv; əv][æn; ən]['enərdʒi] ['temptɪd] [tuː; tə][ɪts]['lɑːrdʒɪst]['juːzɪz][baɪ]
to a restless nation possessed of an energy tempted to its largest uses by
到 一个 不安 国家 拥有 的 一个 活力 受诱惑 到 它是 最大 用途 经过
[ˌʌnsər'pæst] [ˌɑːpər'tuːnətiz] .
unsurpassed opportunities .
无与伦比 机会 .

距这本小册子出版至今不过十五年，它旨在警示一个躁动不安的国家，这个国家拥有充沛的精力，却又容易被前所未有的机遇所诱惑，从而过度消耗这种精力。

[ðer; ðər][ɪz] [stɪl] [niːd] [tuː; tə] [rɪ'piːt] [ænd; ənd] [ˌriːɪn'fɔːrs] [maɪ]['fɔːrmər] [rɪ'mɑːnstrəns] ,
There is still need to repeat and reinforce my former remonstrance ,
那里 是 仍然 需要 到 重复 和 加强 我的 以前的 抗议 ,

我仍然需要重申并强调我之前的反对意见。

[bʌt; bət][aɪ][ˌeɪ 'em][glæd][tu:; tə][ˌeɪ di: 'di:] [ðæt] [sɪns] [aɪ][fɜ:rst] [roʊt] [ɑ:n] [ði:z] ['sʌbdʒekts] [ðeɪ] [hæv; həv]

but	I	am	glad	to	add	that	since	I	first	wrote	on	these	subjects	they	have
但	我	是	高兴的	到	添加	那	自从	我	第一的	写道	在	这些	主题	他们	有

[nɑ:t]['oʊnli] [groʊn] ['ɪntu:] [ɪm'pɔ:rt(ə)ns] [æz; əz] ['kwestʃənz] [ʌv; əv]['pʌblɪk] ['haɪdʒi:n] ,

not	only	grown	into	importance	as	questions	of	public	hygiene	,
不是	仅有的	生长	进入	重要性	作为	问题	的	民众	卫生	,

但我很高兴地补充一点，自从我第一次撰写这些主题以来，它们不仅作为公共卫生问题变得日益重要，

[bʌt; bət][væst]['tʃeɪndʒɪz][fɔ:r; fər][ðə; ði] ['betər] [hæv; həv] [kʌm] [ə'baʊt][ɪn] ['meni] [ʌv; əv]['aʊər; ɑ:r] [weɪz]

but	vast	changes	for	the	better	have	come	about	in	many	of	our	ways
但	广阔的	变化	为了	这	更好的	有	来	关于	在	许多	的	我们的	方式

[ʌv; əv] ['lɪvɪŋ] ,

of	living	,
的	活的	,

但是，我们的许多生活方式都发生了巨大的、向好的方向发展。

[ænd; ənd] ['evriwer] ['kɑ:mən] [sens] [ɪz] [bɪ'gɪnɪŋ] [tu:; tə] [ru:l] [ɪn] ['mætərz] [ʌv; əv] [dres] , ['daɪət] ,

and	everywhere	common	sense	is	beginning	to	rule	in	matters	of	dress	,	diet	,
和	到处	常见的	感觉	是	开始	到	规则	在	事情	的	裙子	,	饮食	,

[ænd; ənd][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] .

and	education	.
和	教育	.

在穿着、饮食和教育等方面，常识开始在各地发挥主导作用。

[ðə; ði] [ə'merɪkən] [ʌv; əv][ðə; ði] ['i:stərn] [steɪts] [ænd; ənd][ʌv; əv][ðə; ði]['kʌmftəbl; 'kʌmfərtəbl] ['klæsɪz] [[wʌn]

The	American	of	the	Eastern	States	and	of	the	comfortable	classes	[	1
这	美国人	的	这	东	各州	和	的	这	舒服的	课程	[	1

] [ɪz] [bɪ'kʌmɪŋ] ['noʊtəbli] [mɔ:r] ['rʌdi] [ænd; ənd] [mɔ:r] [staʊt] .

]	is	becoming	notably	more	ruddy	and	more	stout	.
]	是	成为	尤其	更多的	红润	和	更多的	肥硕	.

美国东部各州和富裕阶层[1]的美国人肤色明显变得更红润、体格更健壮。

[ðə; ði][ˌɔ:ltə'reɪʃ(ə)n][ɪn] ['wɪmɪn] [æz; əz][tu:; tə] [ði:z] [kən'dɪʃ(ə)nz][ɪz][moʊst]['straɪkɪŋ] , [ænd; ənd] , [ɪf] [aɪ]

The	alteration	in	women	as	to	these	conditions	is	most	striking	,	and	,	if	I
这	改造	在	女性	作为	到	这些	状况	是	最多	引人注目	,	和	,	如果	我

[ˌeɪ 'em][nɑ:t][mɪ'steɪkən] ,

am	not	mistaken	,
是	不是	错误	,

女性在这些方面的变化最为显著，而且，如果我没记错的话，

[ɪn] ['ɪŋglənd] [ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ] ['lesnɪŋ] ['tendənsi] [tɔ:rdz] [ðæt] [ɪk'ses] [ʌv; əv]['ædɪpoʊs,'ædɪpoʊz]

in	England	there	is	a	lessening	tendency	towards	that	excess	of	adipose
在	英格兰	那里	是	一个	减少	趋势	向	那	过量的	的	脂肪

['mætər] [wɪtʃ] [ɪz] [stɪl] [ə; eɪ] [sər'praɪz] [tu:; tə][ðə; ði] [ə'merɪkən] ['vɪzɪtɪŋ] ['ɪŋglənd] [fɔ:r; fər][ðə; ði][fɜ:rst]

matter	which	is	still	a	surprise	to	the	American	visiting	England	for	the	first
事情	哪个	是	仍然	一个	惊喜	到	这	美国人	访问	英格兰	为了	这	第一的

[taɪm] .

time	.
时间	.

在英国，脂肪过多的趋势正在减弱，这仍然会让第一次来英国的美国人感到惊讶。

[aɪ][ʃʊd; ʃəd] ['skersli] ['ventʃər] [tu:; tə] [ə'sɜ:rt] [soʊ] ['pɑ:zətɪvli] [ðæt] [ə'mɛrɪkənz] [hæd; həd] ['ɑ:bviəsli]

I	should	scarcely	venture	to	assert	so	positively	that	Americans	had	obviously
我	应该	几乎	风险投资	到	断言	所以	积极地	那	美国人	有	明显地

['teɪkən][ɑ:n] [fleʃ] [wɪ'ðɪn] [ə; eɪ][ˌdʒenə'reɪʃ(ə)n] [ɪf] [wʌt] [aɪ] [si:] [hæd; həd][nɑ:t] [bɪn] [əb'zɜ:rvd] [baɪ] ['meni]

taken	on	flesh	within	a	generation	if	what	I	see	had	not	been	observed	by	many
已采取	在	肉	之内	一个	一代	如果	什么	我	看	有	不是	到过	观察到	经过	许多

['ʌðər] .

others	.
其他的	.

如果不是许多人都观察到了这一点，我很难如此肯定地断言美国人在一代人的时间内显然已经变得有血有肉。

[ˌaɪ 'tiː] [wʊd] , [aɪ] [θɪŋk] , [biː; bi] ['ɪntrəstɪŋ] [tuː; tə]['entər][æt; ət][leŋkθ; leŋθ][ə'pɑːn][ə; eɪ] ['stʌdi] [ʌv; əv]

It	would	,	I	think	,	be	interesting	to	enter	at	length	upon	a	study	of
它	会	,	我	思考	,	是	有趣的	到	进入	在	长度	之上	一个	学习	的

[ðiːz] [rɪ'mɑːrkəb(ə)l]['tʃeɪndʒɪz] ,

these	remarkable	changes	,
这些	卓越	变化	,

我认为，深入研究这些显著的变化将会是一件很有趣的事情。

[bʌt; bət] [ðæt] [wɜːr; wər] ['skersli] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði][skoʊp][ʌv; əv] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] [bʊk] .

but	that	were	scarcely	within	the	scope	of	this	little	book	.
但	那	是	几乎	之内	这	范围	的	这	小的	书	.

但这些内容几乎不在本书的讨论范围之内。

[[wʌn]] ['hæpɪli] , [ə; eɪ][lɑːrdʒ] [klæs] [wɪð; wɪθ][juː 'es] .

[	1	]	Happily	,	a	large	class	with	us	.
[	1	]	快乐地	,	一个	大的	班级	和	我们	.

[1]令人高兴的是，我们班人数众多。

[wer] [ænd; ənd][ter; tɪ(ə)r] ,

WEAR	AND	TEAR	,
穿	和	撕	,

磨损，

[ɔːr]

OR
或者

或者

[hɪnts] [fɔːr; fər][ðə; ði] [ˌoʊvər'wɜːrkt] .

HINTS	FOR	THE	OVERWORKED	.
提示	为了	这	过度劳累	.

给工作过度人士的建议。

['meni] ['jɪrz] [ə'goʊ] [[ˌtuː'tuː]]

Many	years	ago	[	2	]
许多	年	前	[	2	]

很多年前[2]

[aɪ] [faʊnd] [ə'keɪʒn] [tuː; tə][set] [bɪ'fɔːr] [ðə; ði] ['riːdɚz] [ʌv; əv] ['lɪpɪnkɑːts] ['mægəziːn] ['sɜːrt(ə)n] [θɔːts]

I	found	occasion	to	set	before	the	readers	of	Lippincott's	Magazine	certain	thoughts
我	成立	场合	到	放	前	这	读者	的	利平科特	杂志	肯定	想法

[kən'sɜːrnɪŋ] [wɜːrk][ɪn] [ə'merɪkə] ,

concerning	work	in	America	,
有关	工作	在	美国	,

我觉得有必要向《利平科特杂志》的读者们阐述一些关于美国工作状况的想法。

[ænd; ənd][ɪts] [rɪ'zʌlts] .

and	its	results	.
和	它是	结果	.

及其结果。

['sʌmwʌt] [tuː; tə][maɪ] [sər'praɪz] ,

Somewhat	to	my	surprise	,
有些	到	我的	惊喜	,

令我有些惊讶的是，

[ðə; ði]['ɑːrtɪk(ə)l] [ə'træktɪd] [mɔːr] ['noʊtɪs][ðæn; ðən]['juːʒuəli; 'juːʒəli][fɔːlz][tuː; tə][ðə; ði] [ʃer] [ʌv; əv] [sʌtʃ]

the	article	attracted	more	notice	than	usually	falls	to	the	share	of	such
这	文章	吸引	更多的	注意	比	通常	瀑布	到	这	分享	的	这样的

['pepərz] ,

papers	,
文件	,

这篇文章比同类文章通常所受到的关注更多。

[ænd; ənd] [sɪns] [ðen] , [frʌm; frəm] ['nuːmərəs] ['sɔːrsɪz] ,

and	since	then	,	from	numerous	sources	,
和	自从	然后	,	从	很多的	来源	,

此后，根据众多来源，

[aɪ][hæv; həv][hæd; həd][ðə; ði] ['pleʒər] [tuː; tə] [lɜːrn] [ðæt] [maɪ][wɜːrdz][ʌv; əv] ['wɔːrnɪŋ] [hæv; həv] [bɪn]

I	have	had	the	pleasure	to	learn	that	my	words	of	warning	have	been
我	有	有	这	乐趣	到	学习	那	我的	字	的	警告	有	到过

[ʌv; əv] [gʊd] ['sɜːrvɪs] [tuː; tə] ['meni] ['θɔːtləs] ['sɪnərz] [ə'genst] [ðə; ði] [lɔːz] [ʌv; əv]['leɪbər][ænd; ənd]

of	good	service	to	many	thoughtless	sinners	against	the	laws	of	labor	and
的	好的	服务	到	许多	轻率	罪人	反对	这	法律	的	劳动	和

[ʌv; əv] [rest] .

of	rest	.
的	休息	.

我很高兴地得知，我的警告之言对许多不顾劳动和休息规律的罪人起到了很好的作用。

[aɪ][hæv; həv] [faʊnd] , ['ɔːlsoʊ] ,

I	have	found	,	also	,
我	有	成立	,	还	,

我还发现，

[ðæt] [ðə; ði] [vjuːz] [ðen] [set] [fɔːrθ] [æz; əz] [tuː; tə] [ðə; ði] [pɪ'kjuːliər] ['dɪfəkəltɪz] [ʌv; əv]['ment(ə)l][ænd; ənd]

that	the	views	then	set	forth	as	to	the	peculiar	difficulties	of	mental	and
那	这	浏览	然后	放	前进	作为	到	这	奇特	困难	的	精神的	和

['fɪzɪk(ə)l] [wɜːrk] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ɑːr; ər] [ɪn] [strɪkt] [ə'kɔːrdns] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['pɜːrsən(ə)l] [ɪk'spɪriəns]

physical	work	in	this	country	are	in	strict	accordance	with	the	personal	experience
身体的	工作	在	这	国家	是	在	严格的	根据	和	这	个人的	经验

[ʌv; əv] ['fɔːrən] [s'kɒləz] [huː] [hæv; həv] [kæst] [ðer; ðər] [lɑːts] [ə'mʌŋ] [ˌjuː 'es] ;

of	foreign	scholars	who	have	cast	their	lots	among	us	;
的	外国的	学者们	WHO	有	投掷	他们的	很多	之中	我们	;

当时对我国脑力劳动和体力劳动的特殊困难所提出的观点，与那些在我们这里生活过的外国学者的个人经验完全一致；

[waɪl] [sʌm; səm] [ʌv; əv] ['aʊər; ɑːr] [best] ['tiːtʃərz] [hæv; həv] [θæŋkt] [ˌem 'iː] [fɔːr; fər] ['steɪtɪŋ] , [frʌm; frəm]

while	some	of	our	best	teachers	have	thanked	me	for	stating	,	from
尽管	一些	的	我们的	最好的	教师	有	谢谢	我	为了	声明	,	从

[ə; eɪ] ['dɑːktɚz] [stænd] - [pɔɪnt] ,

a	doctor's	stand	-	point	,
一个	医生的	站立	-	观点	,

虽然我们的一些优秀教师感谢我从医生的角度说出了以下观点，

[ðə; ði]['iːvəlz] [wɪtʃ] [ðer; ðər] [oʊn] [ɪk'spɪriəns] [hæd; həd] [tɔːt] [ðem; ðəm] [tuː; tə] [siː] [ɪn]['aʊər; ɑːr]

the	evils	which	their	own	experience	had	taught	them	to	see	in	our
这	罪恶	哪个	他们的	自己的	经验	有	教授	他们	到	看	在	我们的

['prez(ə)nt][moʊd][ʌv; əv] ['tæskɪŋ] [ðə; ði] [breɪnz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['jʌŋgər] ['gɝːlz] .

present	mode	of	tasking	the	brains	of	the	younger	girls	.
展示	模式	的	任务	这	大脑	的	这	年轻	女孩们	.

她们自身的经验让她们看到了我们目前训练年轻女孩智力的方式所存在的弊端。

[aɪ][hoʊp] , ['ðerfɔːr] ,

I	hope	,	therefore	,
我	希望	,	所以	,

因此，我希望

[ðæt] [aɪ][ˌeɪ 'em]['dʒʌstɪfaɪd][ɪn][ðə; ði] [bɪ'liːf] [ðæt] [ɪn][ɪts] [nuː] [ænd; ənd]['lɑːrdʒər][fɔːrm][maɪ]['lɪt(ə)l][trækt]

that	I	am	justified	in	the	belief	that	in	its	new	and	larger	form	my	little	tract
那	我	是	合理的	在	这	信仰	那	在	它是	新的	和	更大的	形式	我的	小的	通道

[meɪ] [ə'gen] [kleɪm] [ə'tenʃ(ə)n] [frʌm; frəm] [sʌtʃ] [æz; əz] [niːd] [ɪts]['lesnz; 'lesənz] .

may	again	claim	attention	from	such	as	need	its	lessons	.
可能	再次	宣称	注意力	从	这样的	作为	需要	它是	课程	.

我有理由相信，我的小册子以新的、更大的形式，能够再次吸引那些需要从中汲取教训的人的关注。

[sɪns] [ˌaɪ 'tiː][wʌz; wəz] [ment] ['oʊnli][fɔːr; fər] [ðiːz] , [aɪ] [niːd] [nɑːt][ɪk'skjuːs][maɪ'self][tuː; tə] [fɪ'zɪʃnz]

Since	it	was	meant	only	for	these	,	I	need	not	excuse	myself	to	physicians
自从	它	曾是	意思是	仅有的	为了	这些	,	我	需要	不是	原谅	我	到	医生

[fɔːr; fər][ɪts] [sɪm'plɪsəti] ;

for	its	simplicity	;
为了	它是	简单	;

既然它只适用于这些人，我就不必向医生们解释它的简单性了;

[waɪl] [aɪ] [trʌst] [ðæt] ['sɜːrt(ə)n][ʌv; əv][maɪ] ['breðrən] [meɪ] [faɪnd][ɪn][ˌaɪ 'tiː] [ɪ'nʌf] [ʌv; əv][ə'rɪdʒən(ə)l]

while	I	trust	that	certain	of	my	brethren	may	find	in	it	enough	of	original
尽管	我	相信	那	肯定	的	我的	弟兄们	可能	寻找	在	它	足够的	的	原来的

[θɔːt] [tuː; tə]['dʒʌstɪfaɪ][ɪts] [ˌriːə'pɪrəns] ,

thought	to	justify	its	reappearance	,
想法	到	证明合法	它是	再次出现	,

虽然我相信我的某些同胞可能会从中发现足够的原创思想，从而认为它值得重新出版，

[æz; əz][ɪts] [stə'tɪstɪks] [wɜːr; wər]['teɪkən][frʌm; frəm]['mænjuskrɪpt] [noʊts] [ænd; ənd][hæv; həv] [bɪn] ['prɪntɪd]

as	its	statistics	were	taken	from	manuscript	notes	and	have	been	printed
作为	它是	统计数据	是	已采取	从	手稿	笔记	和	有	到过	打印

[ɪn][noʊ][ˌsaɪən'tɪfɪk]['dʒɜːrn(ə)l] .

in	no	scientific	journal	.
在	不	科学	杂志	.

因为其统计数据取自手稿笔记，并未在任何科学期刊上发表。

[aɪ][hæv; həv] [kɔːld] [ðiːz] [hɪnts] [wer] [ænd; ənd][ter; tɪ(ə)r] ,

I	have	called	these	Hints	WEAR	and	TEAR	,
我	有	称为	这些	提示	穿	和	撕	,

我把这些提示称为磨损。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðɪs] ['taɪt(ə)l] ['klɪrli] [ænd; ənd] ['briːfli] [pɔɪnts] [aʊt] [maɪ] ['miːnɪŋ] .

because	this	title	clearly	and	briefly	points	out	my	meaning	.
因为	这	标题	清楚地	和	简要地	积分	出去	我的	意义	.

因为这个标题清晰简洁地表达了我的意思。

[wer] [ɪz][ə; eɪ]['nætʃ(ə)rəl][ænd; ənd] [lɪ'dʒɪtɪmət] [rɪ'zʌlt] [ʌv; əv] ['lɔːfl] [juːz] ,

Wear	is	a	natural	and	legitimate	result	of	lawful	use	,
穿	是	一个	自然的	和	合法的	结果	的	合法的	使用	,

磨损是合法使用过程中自然且合理的结果。

[ænd; ənd][ɪz] [wʌt] [wiː; wi][ɔːl][hæv; həv][tuː; tə][pʊt][ʌp][wɪð; wɪθ][æz; əz][ðə; ðiː] [rɪ'zʌlt] [ʌv; əv] ['jɪrz] [ʌv; əv]

and	is	what	we	all	have	to	put	up	with	as	the	result	of	years	of
和	是	什么	我们	全部	有	到	放	向上	和	作为	这	结果	的	年	的

[æk'tɪvəti][ʌv; əv][breɪn][ænd; ənd]['bɑːdi] .

activity	of	brain	and	body	.
活动	的	脑	和	身体	.

这是我们所有人由于大脑和身体多年的活动而不得不忍受的结果。

[ter; tɪ(ə)r][ɪz] [ə'nʌðər] ['mætər] : [ˌaɪ 'tiː] [kʌmz] [ʌv; əv][hɑːrd][ɔːr]['iːv(ə)l]['juːsɪdʒ][ʌv; əv]['bɑːdi][ɔːr]['endʒɪn] ,

Tear	is	another	matter	:	it	comes	of	hard	or	evil	usage	of	body	or	engine	,
撕	是	其他	事情	:	它	来	的	难的	或者	邪恶的	用法	的	身体	或者	引擎	,

撕裂是另一回事：它是由于身体或发动机的过度或不当使用造成的。

[ʌv; əv] ['pʊtɪŋ] [θɪŋz] [tuː; tə] [rɔːŋ] ['pɜːpəsəz, 'pɜːpəsɪz] , ['juːzɪŋ][ə; eɪ]['tʃɪz(ə)l][fɔːr; fər][ə; eɪ] [skruː] -

of	putting	things	to	wrong	purposes	,	using	a	chisel	for	a	screw	-
的	推杆	事物	到	错误的	目的	,	使用	一个	凿	为了	一个	拧紧	-

['draɪvər] , [ə; eɪ] ['pennaɪf] [fɔːr; fər][ə; eɪ]['gɪmlət] .

driver	,	a	penknife	for	a	gimlet	.
司机	,	一个	小刀	为了	一个	金利口酒	.

将东西用错地方，用凿子当螺丝刀，用小刀当锥子。

[lɔːŋ] [streɪn] , [ɔːr][ðə; ði]['sʌd(ə)n] [dɪ'mænd][ʌv; əv] [streŋθ] [frʌm; frəm] ['wiːknəs] , ['kɔːzɪz] [ter; tɪ(ə)r] .

Long	strain	,	or	the	sudden	demand	of	strength	from	weakness	,	causes	tear	.
长的	拉紧	,	或者	这	突然	要求	的	力量	从	弱点	,	原因	撕	.

长时间的用力，或者突然从虚弱状态变得强壮，都会导致撕裂。

[wer] [kʌmz] [ʌv; əv][juːz] ; [ter; tɪ(ə)r] , [ʌv; əv][ə'bjuːs] .

Wear	comes	of	use	;	tear	,	of	abuse	.
穿	来	的	使用	;	撕	,	的	虐待	.

磨损源于使用；撕裂源于滥用。

[ðə; ði]['sɜːrmən][ʌv; əv] [wɪtʃ] [ðiːz] [wɜːrdz][ɑːr; ər][ðə; ði][tekst][hæz; həz] [bɪn] [priːtʃt] ['meni] [taɪmz]

The	sermon	of	which	these	words	are	the	text	has	been	preached	many	times
这	讲道	的	哪个	这些	字	是	这	文本	有	到过	布道	许多	时代

[ɪn] ['meni] [weɪz] [tuː; tə] [ˌkɔŋgrɪ'geɪʃənz] [fɔːr; fər] [huːm] [ðə; ði]['dɑːlər]['dev(ə)l][hæd; həd]['ɔːlweɪz][ə; eɪ]

in	many	ways	to	congregations	for	whom	the	Dollar	Devil	had	always	a
在	许多	方式	到	会众	为了	谁	这	美元	魔鬼	有	总是	一个

[mɔːr] ['wɪnɪŋ] ['eləkwəns] .

more	winning	eloquence	.
更多的	获胜	口才	.

这段文字所引用的布道词，已经用多种方式向会众宣讲过很多次，但对那些信奉美元魔鬼的人来说，他的雄辩总是更有说服力。

[laɪk] ['meni] [ə'nʌðər] [mæn] [huː] [hæz; həz] [tɔːkt] ['wɪrəli] [tuː; tə][hɪz; ɪz] ['fɛloʊz] [wɪð; wɪθ][æn; ən]

Like	many	another	man	who	has	talked	wearily	to	his	fellows	with	an
喜欢	许多	其他	男人	WHO	有	谈话	疲劳	到	他的	伙伴们	和	一个

['ɑːnɪst] [sens] [ʌv; əv] [wʌt] [ðeɪ] ['truːli] [niːd] ,

honest	sense	of	what	they	truly	need	,
诚实的	感觉	的	什么	他们	真的	需要	,

就像许多其他人一样，他们曾疲惫地与同伴们交谈，真诚地了解他们真正的需求，

[aɪ] [fiːl] [haʊ] [veɪn] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə][hoʊp][fɔːr; fər] ['meni] ['ɜːrnɪst] ['lɪsənɝz, 'lɪsnɝz] .

I	feel	how	vain	it	is	to	hope	for	many	earnest	listeners	.
我	感觉	如何	徒劳	它	是	到	希望	为了	许多	认真	听众	.

我觉得指望有很多认真的听众是多么徒劳。

[jet] [hɪr] [ænd; ənd][ðer; ðər] [meɪ] [biː; bi][men][ænd; ənd] ['wɪmɪn] ,

Yet	here	and	there	may	be	men	and	women	,
然而	这里	和	那里	可能	是	男人	和	女性	,

然而，这里偶尔也会有男人和女人。

['ɪgnərəntli] ['sɪnɪŋ] [ə'genst] [ðə; ði] [lɔːz] [baɪ] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][lɪv; laɪv][ɔːr][ʃʊd; ʃəd] [gaɪd] [ðə; ði]

ignorantly	sinning	against	the	laws	by	which	they	should	live	or	should	guide	the
无知地	犯罪	反对	这	法律	经过	哪个	他们	应该	居住	或者	应该	指导	这

[laɪvz; lɪvz][ʌv; əv] ['ʌðər] ,

lives	of	others	,
生活	的	其他的	,

他们无知地违反了自己应该遵守或应该指导他人生活的律法，

[huː] [wɪl] [pər'hæps][biː; bi] ['wɪlɪŋ] [tuː; tə] [hiːd] [wʌt] [wʌn] [ʌn'baɪəst] ['θɪŋkər] [hæz; həz][tuː; tə] [seɪ] [ɪn]

who	will	perhaps	be	willing	to	heed	what	one	unbiased	thinker	has	to	say	in
WHO	将要	也许	是	愿意的	到	注意	什么	一	公正的	思想家	有	到	说	在

[rɪ'gɑːrd][tuː; tə][ðə; ði]['deindʒəz][ʌv; əv][ðə; ði] [weɪ] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [tredɪŋ] [wɪð; wɪθ][soʊ]['lɪt(ə)l] ['nɑːlɪdʒ]

regard	to	the	dangers	of	the	way	they	are	treading	with	so	little	knowledge
看待	到	这	危险	的	这	方式	他们	是	踩踏	和	所以	小的	知识

[æz; əz][tuː; tə] [wer] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['liːdɪŋ; 'ledɪŋ] .

as	to	where	it	is	leading	.
作为	到	在哪里	它	是	领导	.

或许有人愿意听取一位公正的思想家的意见，了解他们目前这种对未来走向知之甚少的做法所带来的危险。

[ðə; ði][mæn] [huː] [laɪvz; lɪvz][æn; ən][aʊt] - [dɔːr] [laɪf] - - [huː] [sliːps] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][stɑːrz]['vɪzəb(ə)l]

The	man	who	lives	an	out	-	door	life	-	-	who	sleeps	with	the	stars	visible
这	男人	WHO	生活	一个	出去	-	门	生活	-	-	WHO	睡觉	和	这	明星	可见的

[ə'bʌv] [hɪm; ɪm] - - [huː] [wɪnz][hɪz; ɪz]['bɑːdɪli] [səb'sɪstəns] [æt; ət][fɜːrst][hænd][frʌm; frəm][ðə; ði] [ɜːrθ]

above	him	-	-	who	wins	his	bodily	subsistence	at	first	hand	from	the	earth
多于	他	-	-	WHO	胜利	他的	身体上的	生存	在	第一的	手	从	这	地球

[ænd; ənd]['wɔːtərz] - - [ɪz][ə; eɪ] ['biːɪŋ] [huː] [di'faiz] [reɪn][ænd; ənd][sʌn] ,

and	waters	-	-	is	a	being	who	defies	rain	and	sun	,
和	水	-	-	是	一个	存在	WHO	反抗	雨	和	太阳	,

过着户外生活的人——睡在繁星点点的夜空下——直接从土地和水中获取生存所需——是一个不畏风雨日晒的人。

[hæz; həz][ə; eɪ][streɪndʒ] [sens] [ʌv; əv][ɪ'læstɪk] [streŋθ] , [meɪ] [drɪŋk] [ɪf] [hiː; hi][laɪks] ,

has	a	strange	sense	of	elastic	strength	,	may	drink	if	he	likes	,
有	一个	奇怪的	感觉	的	松紧带	力量	,	可能	喝	如果	他	点赞	,

他有一种奇特的弹性力量感，而且想喝就喝。

[ænd; ənd] [meɪ] [smoʊk] [ɔːl] [deɪ] [lɔːŋ] , [ænd; ənd] [fiːl] [nʌn] [ðə; ði] [wɜːrs] [fɔːr; fər][ˌaɪ 'tiː] .

and	may	smoke	all	day	long	,	and	feel	none	the	worse	for	it	.
和	可能	抽烟	全部	天	长的	,	和	感觉	没有任何	这	更糟	为了	它	.

他们可能整天抽烟，却感觉不到任何不良影响。

[sʌm; səm] [sʌtʃ] [rɪ'tɜːrn] [tuː; tə][ðə; ði] [ɜːrθ] [fɔːr; fər][ðə; ði] [miːnz] [ʌv; əv][laɪf][ɪz] [wʌt] ['gɪvz] ['vɪgər]

Some	such	return	to	the	earth	for	the	means	of	life	is	what	gives	vigor
一些	这样的	返回	到	这	地球	为了	这	方法	的	生活	是	什么	给予	活力

[ænd; ənd] [dɪ'veləpɪŋ] ['paʊər] [tuː; tə][ðə; ði]['kɑːlənɪst][ʌv; əv][æn; ən]['oʊldər] [reɪs] [kæst][ɑːn][ə; eɪ][lænd][laɪk]

and	developing	power	to	the	colonist	of	an	older	race	cast	on	a	land	like
和	发展	力量	到	这	殖民者	的	一个	老	种族	投掷	在	一个	土地	喜欢

['aʊərz] .

ours	.
我们的	.

这种回归大地寻求生命之源的方式，赋予了生活在我们这片土地上的古老种族的殖民者活力和发展力量。

[ə; eɪ] [fjuː] [ˌdʒɛnɝ'eɪʃənz] [ʌv; əv][men] ['lɪvɪŋ] [ɪn] [sʌtʃ] ['fæʃ(ə)n] [stɔːr] [ʌp][ə; eɪ]['kæpɪt(ə)l][ʌv; əv][vaɪ'tæləti]

A	few	generations	of	men	living	in	such	fashion	store	up	a	capital	of	vitality
一个	很少	几代人	的	男人	活的	在	这样的	时尚	店铺	向上	一个	首都	的	活力

[wɪtʃ] [ə'kaʊnts] ['lɑːrdʒli] [fɔːr; fər][ðə; ði]['prɑːdɪg(ə)l][æk'tɪvəti] [dɪ'spleɪd] [baɪ][ðer; ðər]

which	accounts	largely	for	the	prodigal	activity	displayed	by	their
哪个	账户	很大程度上	为了	这	浪子	活动	显示	经过	他们的

[dɪ'sɛndənts, dɪ'sɛnɪnts] ,

descendants	,
后代	,

几代人以这种方式生活，会积蓄大量的精力，这在很大程度上解释了他们的后代所表现出的挥霍无度的活跃行为。

[ænd; ənd] [meɪd] ['pɑːsəb(ə)l]['oʊnli][baɪ][ðə; ði] ['stɜːrdi] ['kɑːntest][wɪð; wɪθ] ['neɪtʃər] [wɪtʃ] [ðer; ðər]['ænsestərz]

and	made	possible	only	by	the	sturdy	contest	with	Nature	which	their	ancestors
和	制成	可能的	仅有的	经过	这	结实的	竞赛	和	自然	哪个	他们的	祖先

[hæv; həv][weɪdʒd] .

have	waged	.
有	发动	.

而这一切，都源于他们的祖先与自然进行的顽强斗争。

[ðæt] [sʌtʃ] [ə; eɪ][laɪf][ɪz] [stɪl] [led][baɪ] ['mʌltitjuːdz] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['kʌntriːmɪn] [ɪz] [wʌt] [ə'loʊn] [səːvz]

That	such	a	life	is	still	led	by	multitudes	of	our	countrymen	is	what	alone	serves
那	这样的	一个	生活	是	仍然	引领	经过	众多	的	我们的	同胞们	是	什么	独自的	服务

[tuː; tə] [kiːp] [ʌp]['aʊər; ɑːr] ['prɪstiːn] [fɔːrs] [ænd; ənd]['enərdʒi] .

to	keep	up	our	pristine	force	and	energy	.
到	保持	向上	我们的	纯净无瑕	力量	和	活力	.

正是因为我们的许多同胞仍然过着这样的生活，才使得我们保持着原始的力量和活力。

[ɑːr; ər][wiː; wi][nɑːt] ['mɪrli] ['juːzɪŋ][ðə; ði] ['ɪntrəst] [ɑːn] [ðiːz] [əˌkjuːmjə'leɪʃənz] [ʌv; əv] ['paʊər] ,

Are	we	not	merely	using	the	interest	on	these	accumulations	of	power	,
是	我们	不是	仅仅	使用	这	兴趣	在	这些	累积	的	力量	,

我们难道不只是在利用这些权力积累所带来的利息吗?

[bʌt; bət]['ɔːlsoʊ] ['weɪstfəli] ['spendɪŋ] [ðə; ði]['kæpɪt(ə)l] ?

but	also	wastefully	spending	the	capital	?
但	还	浪费地	开支	这	首都	?

但同时也是在浪费资金吗?

[frʌm; frəm][ə; eɪ] [fjuː] [wiː; wi][hæv; həv] [groʊn] [tuː; tə] ['mɪljənz] ,

From	a	few	we	have	grown	to	millions	,
从	一个	很少	我们	有	生长	到	百万	,

我们从最初的寥寥数人发展到如今的数百万人。

[ænd; ənd] [ɔːl'redi] [ɪn] ['meni] [weɪz] [ðə; ði]['piːp(ə)l] [ʌv; əv][ðə; ði][ət'læntɪk] [koʊst]['prez(ə)nt][ðə; ði]

and	already	in	many	ways	the	people	of	the	Atlantic	coast	present	the
和	已经	在	许多	方式	这	人们	的	这	大西洋	海岸	展示	这

[pɪˌkjuːliː'ærətiːz][ʌv; əv][æn; ən][oʊld]['neɪʃ(ə)n] .

peculiarities	of	an	old	nation	.
特殊性	的	一个	老的	国家	.

大西洋沿岸的人民在许多方面已经展现出古老民族的独特特征。

[hæv; həv][wiː; wi] [lɪvd] [tuː] [fæst] ?

Have	we	lived	too	fast	?
有	我们	居住地	也	快速地	?

我们是否活得太快了?

[ðə; ði] ['setləz] [hɪr] , [æz; əz] ['elsˌwer] , [hæd; həd]['æmp(ə)l] [ruːm] , [ænd; ənd] [lɪvd] ['stɜːrdɪli] [baɪ]

The	settlers	here	,	as	elsewhere	,	had	ample	room	,	and	lived	sturdily	by
这	定居者	这里	,	作为	别处	,	有	充足	房间	,	和	居住地	坚固地	经过

[ðer; ðər] [oʊn] [hændz] ,

their	own	hands	,
他们的	自己的	双手	,

这里的定居者和其他地方的定居者一样，拥有充足的空间，并且靠自己的双手过着艰苦的生活。

['lɪt(ə)l] ['trʌbld] [fɔːr; fər][ðə; ði][moʊst][pɑːrt][wɪð; wɪθ] [ðoʊz] [ɪn'tens] [ˌkɑːmpə'tɪʃənz] [wɪtʃ] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]

little	troubled	for	the	most	part	with	those	intense	competitions	which	make	it
小的	麻烦	为了	这	最多	部分	和	那些	激烈的	比赛	哪个	制作	它

[hɑːrd][tuː; tə][lɪv; laɪv] ['naʊədeɪz] [ænd; ənd] [ɪm'bɪtər] [ðə; ði]['deɪli] [bred] [ʌv; əv][laɪf] .

hard	to	live	nowadays	and	embitter	the	daily	bread	of	life	.
难的	到	居住	如今	和	苦涩	这	日常的	面包	的	生活	.

大部分时间里，他很少受到如今那些激烈竞争的困扰，而这些竞争使得生活艰难，也使日常生活变得苦涩。

['niːðər] [hæd; həd] [ðeɪ] [ðə; ði]['θaʊz(ə)nd] ['ɪntrɪkət] ['prɔːbləms][tuː; tə] [sɑːlv] [wɪtʃ] [pər'pleks] [ðoʊz]

Neither	had	they	the	thousand	intricate	problems	to	solve	which	perplex	those
两者都不	有	他们	这	千	错综复杂	问题	到	解决	哪个	困扰	那些

[huː] ['strʌg(ə)l] [tuː; tə] - [deɪ] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['tiːmɪŋ] ['sɪti] [haɪvz] .

who	struggle	to	-	day	in	our	teeming	city	hives	.
WHO	斗争	到	-	天	在	我们的	繁盛	城市	麻疹	.

他们也没有像我们今天这样，在熙熙攘攘的城市中挣扎求生的人们所面临的上千个错综复杂的问题需要解决。

[ə'bʌv] [ɔːl] , [ˌedʒu'keɪʃən(ə)l]['wɒnts][wɜːr; wər] ['lɪmɪtɪd] [ɪn][kaɪnd][ænd; ənd][ɪn] [dɪ'griː] ,

Above	all	,	educational	wants	were	limited	in	kind	and	in	degree	,
多于	全部	,	教育	想要	是	有限的	在	种类	和	在	程度	,

最重要的是，人们对教育的需求在种类和程度上都受到限制。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['fɪzɪk(ə)l] [mæn][ænd; ənd]['wʊmən][wɜːr; wər] [wʌt] [ðə; ði] ['groʊɪŋ] [steɪt] [moʊst] ['niːdɪd]

and	the	physical	man	and	woman	were	what	the	growing	state	most	needed
和	这	身体的	男人	和	女士	是	什么	这	生长	状态	最多	需要

.

:

.

而不断发展的国家最需要的正是这些有血有肉的男女。

[haʊ] [mʌtʃ] [ænd; ənd] [wʌt] [kaɪnd][ʌv; əv] [gʊd] [keɪm] [ʌv; əv][ðə; ði]['grædʒuəl] [tʃeɪndʒ] [ɪn][ɔːl] [ðiːz]

How	much	and	what	kind	of	good	came	of	the	gradual	change	in	all	these
如何	很多	和	什么	种类	的	好的	来了	的	这	逐渐地	改变	在	全部	这些

['mætərz] [wiː; wi] [wel] [ɪ'nʌf] [noʊ] .

matters	we	well	enough	know	.
事情	我们	出色地	足够的	知道	.

所有这些方面的渐进式变化带来了多少好处以及带来了什么样的好处，我们都非常清楚。

[ðæt] [ɪn][wʌn][ænd; ənd] [ə'nʌðər] [weɪ] [ðə; ði]['kruːəl][ˌkɑːmpə'tɪʃ(ə)n][fɔːr; fər][ðə; ði]['dɑːlər] ,

That	in	one	and	another	way	the	cruel	competition	for	the	dollar	,
那	在	一	和	其他	方式	这	残忍的	竞赛	为了	这	美元	,

从某种意义上说，这就是对美元的残酷竞争。

[ðə; ði] [nuː] [ænd; ənd] [ɪg'zæktɪŋ] ['hæbɪts][ʌv; əv] ['bɪznəs] ,

the	new	and	exacting	habits	of	business	,
这	新的	和	严格	习惯	的	商业	,

商业中新的、严格的习惯，

[ðə; ði] ['reɪsɪŋ] [spiːd] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['telɪgræf] [ænd; ənd] ['reɪlweɪ] [hæv; həv] [ˌɪntrə'duːst] ['ɪntuː]

the	racing	speed	which	the	telegraph	and	railway	have	introduced	into
这	赛车	速度	哪个	这	电报	和	铁路	有	介绍	进入

[kə'mɜːrʃ(ə)l] [laɪf] ,

commercial	life	,
商业的	生活	,

电报和铁路给商业生活带来的飞速发展，

[ðə; ði] [nuː] ['vælјuː] [wɪtʃ] [greɪt] ['fɔːtʃənz] [hæv; həv] [kʌm] [tuː; tə] [pə'zes] [æz; əz] [miːnz] [tɔːrdz]

the	new	value	which	great	fortunes	have	come	to	possess	as	means	towards
这	新的	价值	哪个	伟大的	财富	有	来	到	具有	作为	方法	向

['soʊʃ(ə)l] [əd'vænsmənt] ,

social	advancement	,
社会的	进步	,

巨额财富如今具有了新的价值，它成为社会晋升的手段。

[ænd; ənd][ðə; ði][ˌoʊvərˌɛdʒu'keɪʃən][ænd; ənd] ['əuvə'streinɪŋ] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [jʌŋ] ['piːp(ə)l] , [hæv; həv]

and	the	overeducation	and	overstraining	of	our	young	people	,	have
和	这	过度教育	和	过度劳累	的	我们的	年轻的	人们	,	有

[brɔːt] [ə'baʊt][sʌm; səm] [greɪt] [ænd; ənd] ['groʊɪŋ] ['iːvəlz] ,

brought	about	some	great	and	growing	evils	,
带来	关于	一些	伟大的	和	生长	罪恶	,

而对年轻人过度教育和过度施压，已经带来了一些日益严重的弊端。

[ɪz] [wʌt] [ɪz] [naʊ] [bɪ'gɪnɪŋ] [tuː; tə][biː; bi] [dɪ'stɪŋktli] [felt] .

is	what	is	now	beginning	to	be	distinctly	felt	.
是	什么	是	现在	开始	到	是	明显地	毛毡	.

而这种感觉现在正逐渐变得清晰起来。

[aɪ][ʃʊd; ʃəd][laɪk] , ['ðerfɔːr] , [æt; ət][ðə; ði][rɪsk][ʌv; əv] ['biːɪŋ] ['tiːdiəs] ,

I	should	like	,	therefore	,	at	the	risk	of	being	tedious	,
我	应该	喜欢	,	所以	,	在	这	风险	的	存在	乏味	,

因此，我宁愿冒着显得啰嗦的风险，

[tuː; tə][ˌɑːr ˈiː] - [ɪgˈzæmɪn] [ðɪs] [ˈkwestʃən] - - [tuː; tə] [siː] [ɪf] [ˌaɪ ˈtiː][biː; bi] [truː] [ðæt] [ðə; ði] [ˈnɜːrvəs]

to	re	-	examine	this	question	-	-	to	see	if	it	be	true	that	the	nervous
到	关于	-	检查	这	问题	-	-	到	看	如果	它	是	真的	那	这	紧张的

[ˈsɪstəm] [ʌv; əv][ˈsɜːrt(ə)n] [ˈklæsɪz] [ʌv; əv] [əˈmɛrɪkənz] [ɪz] [ˈbiːɪŋ] [ˈsɔːrli] [ˌəuvəˈtæksd] - - [ænd; ənd][tuː; tə]

system	of	certain	classes	of	Americans	is	being	sorely	overtaxed	-	-	and	to
系统	的	肯定	课程	的	美国人	是	存在	非常	税负过重	-	-	和	到

[ˌæsərˈteɪn] [haʊ] [mʌtʃ] [ˈaʊər; ɑːr][ˈhæbɪts] ,

ascertain	how	much	our	habits	,
探明	如何	很多	我们的	习惯	,

重新审视这个问题——看看某些美国人的神经系统是否真的不堪重负——并确定我们的习惯在多大程度上影响了这种状况，

[ˈaʊər; ɑːr] [moʊdz] [ʌv; əv][wɜːrk] , [ænd; ənd] , [ˈhæpli] , [klaɪˈmætɪk][pɪˌkjuːliːˈærətiːz] , [meɪ] [hæv; həv][tuː; tə][duː]

our	modes	of	work	,	and	,	haply	,	climatic	peculiarities	,	may	have	to	do
我们的	模式	的	工作	,	和	,	或许	,	气候	特殊性	,	可能	有	到	做

[wɪð; wɪθ] [ðɪs] [steɪt] [ʌv; əv] [θɪŋz] .

with	this	state	of	things	.
和	这	状态	的	事物	.

我们的工作方式，或许还有气候的特殊性，可能与这种现状有关。

[bʌt; bət] [bɪˈfɔːr] [ˈventʃərɪŋ] [əˈnuː] [əˈpɑːn][ə; eɪ][ˈsʌbdʒekt] [wɪtʃ] [meɪ] [ˈpɑːsəbli] [ɪkˈsaɪt] [ˈkɑːntrəvɜːrsi]

But	before	venturing	anew	upon	a	subject	which	may	possibly	excite	controversy
但	前	冒险	重新	之上	一个	主题	哪个	可能	可能	激发	争议

[ænd; ənd] [ɪnˈdɪgnənt] [ˈkɑːment] ,

and	indignant	comment	,
和	愤怒	评论	,

但在再次涉足一个可能引发争议和愤慨评论的话题之前，

[let][ˌem ˈiː] [ˈpremɪs] [ðæt] [aɪ][ˌeɪ ˈem] [ˈtɔːkɪŋ] [ˈtʃiːfli] [ʌv; əv][ðə; ði] [ˈkraʊdɪd] [ˈpɔːʃənz] [ʌv; əv][ˈaʊər; ɑːr]

let	me	premise	that	I	am	talking	chiefly	of	the	crowded	portions	of	our
让	我	前提	那	我	是	说	主要	的	这	挤	部分	的	我们的

[ˈkʌntri] ,

country	,
国家	,

首先声明，我主要指的是我国人口稠密的地区。

[ʌv; əv][ˈaʊər; ɑːr] [greɪt] [taʊnz] , [ænd; ənd] [ɪˈspeʃəli] [ʌv; əv][ðer; ðər] [ˈʌpər] [ˈklæsɪz] ,

of	our	great	towns	,	and	especially	of	their	upper	classes	,
的	我们的	伟大的	城镇	,	和	尤其	的	他们的	上	课程	,

我们各大城镇，尤其是其上层阶级的城镇，

[ænd; ənd][ˌeɪ ˈem] [ˈdiːlɪŋ] [wɪð; wɪθ] [ðoʊz] [ˈhaɪər] [ˈkwestʃənz] [ʌv; əv][ˈment(ə)l] [ˈhaɪdʒiːn] [ʌv; əv] [wɪtʃ] [ɪn]

and	am	dealing	with	those	higher	questions	of	mental	hygiene	of	which	in
和	是	处理	和	那些	更高	问题	的	精神的	卫生	的	哪个	在

[ˈdʒen(ə)rəl][wiː; wi] [hɪr] [bʌt; bət] [tuː] [ˈlɪt(ə)l] .

general	we	hear	but	too	little	.
一般的	我们	听到	但	也	小的	.

我正在处理那些更高层次的心理健康问题，我们通常听到这些问题，但却很少听到。

[ɪf] [ðə; ði] [ˈstrɪktʃəz] [aɪ][hæv; həv][tuː; tə] [meɪk] [əˈplaɪd] [æz; əz] [ˈfʊli] [θruːˈaʊt] [ðə; ði][lænd] - - [tuː; tə]

If	the	strictures	I	have	to	make	applied	as	fully	throughout	the	land	-	-	to
如果	这	狭窄	我	有	到	制作	应用	作为	完全	自始至终	这	土地	-	-	到

[ˈɔːrəgən] [æz; əz][tuː; tə] [nuː] [ˈɪŋglənd] ,

Oregon	as	to	New	England	,
俄勒冈州	作为	到	新的	英格兰	,

如果我必须制定的这些限制措施能够同样全面地适用于全国各地——无论是俄勒冈州还是新英格兰地区，

[tuː; tə][ðə; ði][ˈfɑːrmər][æz; əz][tuː; tə][ðə; ði] [ˈbɪznəs] [mæn] ,

to	the	farmer	as	to	the	business	man	,
到	这	农民	作为	到	这	商业	男人	,

对农民而言，就像对商人一样。

[tuː; tə][ðə; ði] ['wɪmɪn] [ʌv; əv][ðə; ði]['ɑːrtɪzən] [klæs] [æz; əz][tuː; tə] [ðoʊz] ['soʊʃəli] [ə'bʌv] [ðem; ðəm] - -

to	the	women	of	the	artisan	class	as	to	those	socially	above	them	-	-
到	这	女性	的	这	工匠	班级	作为	到	那些	社会	多于	他们	-	-

[ðen] [ɪn'diːd] [aɪ][ʃʊd; ʃəd][kraɪ] ,

then	indeed	I	should	cry	,
然后	的确	我	应该	哭	,

如果对工匠阶层的妇女们，如同对社会地位高于她们的人一样——那么我确实应该这样说。

[gɑːd][help][ˌjuː 'es][ænd; ənd] [ðoʊz] [ðæt][ɑːr; ər][tuː; tə] [kʌm] ['æftər][ˌjuː 'es] !

God	help	us	and	those	that	are	to	come	after	us	!
上帝	帮助	我们	和	那些	那	是	到	来	后	我们	!

愿上帝保佑我们以及我们的后代!

['oʊɪŋ] [tuː; tə] ['kɔːzɪz] [wɪtʃ] [ɑːr; ər] ['ɑːbviəs] [ɪ'nʌf] ,

Owing	to	causes	which	are	obvious	enough	,
欠款	到	原因	哪个	是	明显的	足够的	,

由于一些显而易见的原因，

[ðə; ði] ['fɪzɪk(ə)l] ['wɜːrkər][ɪz] ['biːɪŋ] ['betər] [ænd; ənd] ['betər] [peɪd] [ænd; ənd] [les] [ænd; ənd] [les] ['hɑːrdli]

the	physical	worker	is	being	better	and	better	paid	and	less	and	less	hardly
这	身体的	工人	是	存在	更好的	和	更好的	有薪酬的	和	较少的	和	较少的	几乎

['tæskt] ,

tasked	,
任务	,

体力劳动者的工资越来越高，但工作量却越来越少。

[waɪl] [dʒʌst][ðə; ði] [rɪ'vɜːrs] [əb'teɪnz] [ɪn] [ɪn'kriːsɪŋ] ['reɪʃiəuz][fɔːr; fər] [ðoʊz] [huː] [lɪv; laɪv][baɪ][ðə; ði]

while	just	the	reverse	obtains	in	increasing	ratios	for	those	who	live	by	the
尽管	只是	这	撤销	获得	在	增加	比率	为了	那些	WHO	居住	经过	这

['loʊər] [fɔːrm][ʌv; əv][breɪn] - [wɜːrk] ;

lower	form	of	brain	-	work	;
降低	形式	的	脑	-	工作	;

而对于那些从事低级脑力劳动的人来说，情况则恰恰相反，而且这种比例还在不断增加;

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði][braɪb][tuː; tə][juːz][ðə; ði][hænd][ɪz] ['groʊɪŋ] ['deɪli] , [ænd; ənd] [pjʊr] [mə'kænɪk(ə)l]['leɪbər] ,

so	that	the	bribe	to	use	the	hand	is	growing	daily	,	and	pure	mechanical	labor	,
所以	那	这	贿赂	到	使用	这	手	是	生长	日常的	,	和	纯的	机械的	劳动	,

因此，使用人工的贿赂与日俱增，而纯粹的机械劳动，

[æz; əz] [ə'poʊzd] [tuː; tə] [ðæt] [ʌv; əv][ðə; ði][klɜːrk] , [ɪz] ['biːɪŋ] " ['levld] ['ʌpwərd] " [wɪð; wɪθ] ['fɔːrtʃənət]

as	opposed	to	that	of	the	clerk	,	is	being	"	levelled	upward	"	with	fortunate
作为	反对	到	那	的	这	职员	,	是	存在	"	平整	向上	"	和	幸运

[sə'lerɪti] .

celerity	.
速度	.

与职员相比，他正以惊人的速度"向上晋升"。

[bɪ'fɔːr] [ə'temptɪŋ] [tuː; tə] ['ɪndɪkeɪt] ['sɜːrt(ə)n] [weɪz] [ɪn] [wɪtʃ] [wiː; wi][æz; əz][ə; eɪ]['piːp(ə)l][ɑːr; ər]

Before	attempting	to	indicate	certain	ways	in	which	we	as	a	people	are
前	尝试	到	表明	肯定	方式	在	哪个	我们	作为	一个	人们	是

[ˌəuvə'tæksɪŋ][ænd; ənd] [mɪs'juːzɪŋ] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] [θɔːt] ,

overtaxing	and	misusing	the	organs	of	thought	,
过度征税	和	滥用	这	器官	的	想法	,

在试图指出我们作为一个民族在哪些方面过度使用和滥用思维器官之前，

[aɪ][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][glæd][tuː; tə][hæv; həv][ðə; ði] ['prɪvəlɪdʒ] [ʌv; əv] [ɪk'spleɪnɪŋ] [ðə; ði][tɜːrmz] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]

I	should	be	glad	to	have	the	privilege	of	explaining	the	terms	which	it	is
我	应该	是	高兴的	到	有	这	特权	的	解释	这	条款	哪个	它	是

['nesəseri] [tuː; tə][juːz] ,

necessary	to	use	,
必要的	到	使用	,

我很乐意有机会解释一下必须使用的术语。

[ænd; ənd][ʌv; əv] ['pɔɪntɪŋ] [aʊt][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði][kən'dɪʃ(ə)nz] ['ʌndər] [wɪtʃ] ['ment(ə)l]['leɪbər][ɪz]

and	**of**	**pointing**	**out**	**some**	**of**	**the**	**conditions**	**under**	**which**	**mental**	**labor**	**is**
和	的	指向	出去	一些	的	这	状况	在下面	哪个	精神的	劳动	是

[pər'fɔ:rmd] .

performed	**.**
执行	.

并指出进行脑力劳动的一些条件。

[ðə; ði]['hju:mən]['bɑ:di] ['kæriz] [ɑ:n] ['sevrəl] [kaɪndz][ʌv; əv][ˌmænju'fæktʃər] ,

The	**human**	**body**	**carries**	**on**	**several**	**kinds**	**of**	**manufacture**	**,**
这	人类	身体	携带	在	一些	种类	的	生产	,

人体进行着多种类型的制造过程，

[tu:] [ʌv; əv] [wɪtʃ] - - [ðə; ði][ˌevə'lu:ʃ(ə)n][ʌv; əv]['mʌskjələr] [fɔ:rs] [ɔ:r]['moʊʃ(ə)n] ,

two	**of**	**which**	**-**	**-**	**the**	**evolution**	**of**	**muscular**	**force**	**or**	**motion**	**,**
二	的	哪个	-	-	这	进化	的	肌肉发达的	力量	或者	运动	,

其中两项——肌肉力量或运动的演变，

[ænd; ənd] [ˌɪntə'lekʃn] [wɪð; wɪθ][ɔ:l]['mɔ:rəl] [æk'tɪvətiz] - - [ə'loʊn][kən'sɜ:rn][ju: 'es] [hɪr] .

and	**intellection**	**with**	**all**	**moral**	**activities**	**-**	**-**	**alone**	**concern**	**us**	**here**	**.**
和	智力	和	全部	道德	活动	-	-	独自的	忧虑	我们	这里	.

这里我们只关注智力以及一切道德活动。

[wi:; wi][ɑ:r; ər] ['sʌmwʌt] [æpt][tu:; tə][æn'tægənaɪz] [ðiːz] [tu:] [sets][ʌv; əv] ['fʌŋkʃnz] , [ænd; ənd][tu:; tə]

We	**are**	**somewhat**	**apt**	**to**	**antagonize**	**these**	**two**	**sets**	**of**	**functions**	**,**	**and**	**to**
我们	是	有些	易于	到	对抗	这些	二	套	的	函数	,	和	到

[lʊk] [ə'pɑ:n][ðə; ði]['lætər] ,

look	**upon**	**the**	**latter**	**,**
看	之上	这	后者	,

我们往往倾向于将这两组功能对立起来，并且更看重后者。

[ɔ:r][breɪn] - ['leɪbər] , [æz; əz][ə'loʊn] [ˌɪn'vɑ:lvɪŋ] [ðə; ði][ju:z][ɔ:r][ə'bju:s][ʌv; əv][ðə; ði] ['nɜ:rvəs] ['sɪstəm] .

or	**brain**	**-**	**labor**	**,**	**as**	**alone**	**involving**	**the**	**use**	**or**	**abuse**	**of**	**the**	**nervous**	**system**	**.**
或者	脑	-	劳动	,	作为	独自的	涉及	这	使用	或者	虐待	的	这	紧张的	系统	.

或者脑力劳动，仅指使用或滥用神经系统。

[bʌt; bət] ['evri] [bloʊ] [ɑ:n][ðə; ði]['ænvɪl][ɪz][æz; əz] [dɪ'stɪŋktli] [æn; ən][ækt][ʌv; əv][ðə; ði] [nɜ:rv] ['sentərz]

But	**every**	**blow**	**on**	**the**	**anvil**	**is**	**as**	**distinctly**	**an**	**act**	**of**	**the**	**nerve**	**centres**
但	每一个	吹	在	这	砧	是	作为	明显地	一个	行为	的	这	神经	中心

[æz; əz][ɑ:r; ər][ðə; ði][haɪɪst; 'haɪəst]['ment(ə)l] ['prɑ:sesɪz] .

as	**are**	**the**	**highest**	**mental**	**processes**	**.**
作为	是	这	最高	精神的	流程	.

但每一次敲击铁砧的动作，都和最高级的心理过程一样，是神经中枢的明显行为。

[ɪf] [ðɪs] [bi:; bi][soʊ] ,

If	**this**	**be**	**so**	**,**
如果	这	是	所以	,

如果情况真是如此，

[haʊ] [ɔːr] [waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'tiː] [ðæt] [ɪk'sesɪv] ['mʌskjələr] [ɪg'zɜːrʃn] - - [aɪ] [miːn] [sʌtʃ] [æz; əz][ɪz]['vaɪələnt]

how	or	why	is	it	that	excessive	muscular	exertion	-	-	I	mean	such	as	is	violent
如何	或者	为什么	是	它	那	过多的	肌肉发达的	用力	-	-	我	意思是	这样的	作为	是	暴力

[ænd; ənd] [kən'tɪnjuːd] - - [dʌz] [nɑːt] [kɔːz] [ðə; ðɪ] [seɪm] [ə'pɔːlɪŋ] [ɪ'fekts] [æz; əz] [meɪ] [biː; bi]

and	continued	-	-	does	not	cause	the	same	appalling	effects	as	may	be
和	持续	-	-	做	不是	原因	这	相同的	令人震惊	效果	作为	可能	是

[ɔ'keɪʒənd] [baɪ][ə; eɪ][laɪk][ə'bjuːs][ʌv; əv][ðə; ðɪ] [nɜːrv] - ['ɔrgənz][ɪn]['ment(ə)l] ['ækʃnz] [ʌv; əv] ['veriəs]

occasioned	by	a	like	abuse	of	the	nerve	-	organs	in	mental	actions	of	various
引发	经过	一个	喜欢	虐待	的	这	神经	-	器官	在	精神的	行动	的	各种各样的

[kaɪndz] ?

kinds	?
种类	?

为什么过度用力（我是指剧烈且持续的肌肉用力）不会像过度滥用神经器官进行各种脑力活动那样，造成同样可怕的后果?

[ðɪs] [ɪz][nɑːt][æn; ən][ɪn'veriəb(ə)l] [ruːl] , [fɔːr; fər] ,

This	is	not	an	invariable	rule	,	for	,
这	是	不是	一个	不变的	规则	,	为了	,

这并非一条不变的规则，因为，

[æz; əz][aɪ] [meɪ] [pɔɪnt] [aʊt][ɪn][ðə; ðɪ] [weɪ] [ʌv; əv] [ˌɪlə'streɪʃ(ə)n] [ˌhɪr'æftər] ,

as	I	may	point	out	in	the	way	of	illustration	hereafter	,
作为	我	可能	观点	出去	在	这	方式	的	插图	此后	,

正如我稍后将通过举例说明的那样，

[ðə; ðɪ] ['sentərz] [wɪtʃ] [ə'rɪdʒɪneɪt][ɔːr] [ɪ'vɑːlv] ['mʌskjələr] ['paʊər] [duː] ['sʌmtaɪmz] ['sʌfər] [frʌm; frəm]

the	centres	which	originate	or	evolve	muscular	power	do	sometimes	suffer	from
这	中心	哪个	起源	或者	发展	肌肉发达的	力量	做	有时	遭受	从

[ˌʌn'duː] [tæk'seɪʃn] ;

undue	taxation	;
过度	税收	;

产生或发展肌肉力量的中心有时会遭受过度的征税；

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz]['sɜːrt(ə)nli] [truː] [ðæt] [wen] [ðɪs] ['hæpənz] ,

but	it	is	certainly	true	that	when	this	happens	,
但	它	是	当然	真的	那	什么时候	这	发生	,

但可以肯定的是，当这种情况发生时，

[ðə; ðɪ]['iːv(ə)l] [rɪ'zʌlt] [ɪz] ['rerli] [æz; əz] [sɪ'vɪr] [ɔːr][æz; əz] ['læstɪŋ] [æz; əz] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ðɪ] ['ɔrgənz]

the	evil	result	is	rarely	as	severe	or	as	lasting	as	when	it	is	the	organs
这	邪恶的	结果	是	很少	作为	严重	或者	作为	持久	作为	什么时候	它	是	这	器官

[ʌv; əv]['ment(ə)l] ['paʊər] [ðæt] [hæv; həv] ['sʌfərd] .

of	mental	power	that	have	suffered	.
的	精神的	力量	那	有	遭受	.

当精神力量的器官遭受损害时，其恶果往往最为严重或持久。

[ɪn] ['iːðər] [fɔːrm][ʌv; əv][wɜːrk] , ['fɪzɪk(ə)l] [ɔːr]['ment(ə)l] , [ðə; ðɪ] [wɪl] [ækts][tuː; tə][stɑːrt][ðə; ðɪ] ['niːdɪd]

In	either	form	of	work	,	physical	or	mental	,	the	will	acts	to	start	the	needed
在	任何一个	形式	的	工作	,	身体的	或者	精神的	,	这	将要	行为	到	开始	这	需要

['prɑːsesɪz] ,

processes	,
流程	,

无论从事体力劳动还是脑力劳动，意志都是启动必要过程的动力。

[ænd; ənd] ['æftərwərdz] [ɪz] ['tʃiːfli] ['regjəˌleɪtɪv] .

and	afterwards	is	chiefly	regulative	.
和	然后	是	主要	监管	.

之后主要具有监管作用。

[ɪn][ðə; ði] [keɪs] [ʌv; əv]['bɑːdɪli]['leɪbər] , [ðə; ði]['spaɪn(ə)l] [nɜːrv] - ['sentərz] [ɑːr; ər][moʊst] ['lɑːrdʒli] [kɔːld]

In	the	case	of	bodily	labor	,	the	spinal	nerve	-	centres	are	most	largely	called
在	这	案件	的	身体上的	劳动	,	这	脊	神经	-	中心	是	最多	很大程度上	称为

['ɪntuː]['ækʃ(ə)n] .

into	action	.
进入	行动	.

在体力劳动中，脊神经中枢会发挥最大的作用。

[wer] ['ment(ə)l][ɔːr]['mɔːrəl] ['prɑːsesɪz] [ɑːr; ər] [ɪn'vɑːlvd] , [ðə; ði] ['æktɪv] ['ɔrgənz] [laɪ] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði]

Where	mental	or	moral	processes	are	involved	,	the	active	organs	lie	within	the
在哪里	精神的	或者	道德	流程	是	涉及	,	这	积极的	器官	说谎	之内	这

['kreɪniəm] .

cranium	.
颅骨	.

涉及心理或道德过程的器官位于颅骨内。

[æz; əz][aɪ] [sed] [dʒʌst] [naʊ] ,

As	I	said	just	now	,
作为	我	说	只是	现在	,

正如我刚才所说，

[wen] [wiː; wi] [tɔːk] [ʌv; əv][æn; ən][ˌəuvə'tæksd] ['nɜːrvəs] ['sɪstəm] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['juːʒuəli; 'juːʒəli][ðə; ði][breɪn]

when	we	talk	of	an	overtaxed	nervous	system	it	is	usually	the	brain
什么时候	我们	讲话	的	一个	税负过重	紧张的	系统	它	是	通常	这	脑

[wiː; wi][rɪ'fɜːr][tuː; tə] ,

we	refer	to	,
我们	参考	到	,

当我们谈到神经系统过度负荷时，通常指的是大脑。

[ænd; ənd][nɑːt][ðə; ði][spaɪn] ; [ænd; ənd][ðə; ði] ['kwestʃən] ['ðerfɔːr] [ɜ'aɪzɪz] ,

and	not	the	spine	;	and	the	question	therefore	arises	,
和	不是	这	脊柱	;	和	这	问题	所以	出现	,

而不是脊柱；因此问题就出现了，

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'tiː] [ðæt] [æn; ən] [ɪk'ses] [ʌv; əv] ['fɪzɪk(ə)l] ['leɪbər][ɪz] ['betər] [bɔːrn] [ðæn; ðən][ə; eɪ][laɪk] [ɪk'ses]

Why	is	it	that	an	excess	of	physical	labor	is	better	borne	than	a	like	excess
为什么	是	它	那	一个	过量的	的	身体的	劳动	是	更好的	出生	比	一个	喜欢	过量的

[ʌv; əv]['ment(ə)l]['leɪbər] ?

of	mental	labor	?
的	精神的	劳动	?

为什么体力劳动过度比脑力劳动过度更容易忍受?

[ðə; ði]['sɪmp(ə)l] ['ænsər] [ɪz] , [ðæt] ['ment(ə)l][ˌoʊvər'wɜːrk][ɪz]['hɑːrdər] ,

The	simple	answer	is	,	that	mental	overwork	is	harder	,
这	简单的	回答	是	,	那	精神的	过度劳累	是	更难	,

简单的答案是，脑力劳动过度更难熬。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][æz; əz][ə; eɪ] [ruːl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['klɑːzɪt][ɔːr] [kaʊntɪŋ] - [ruːm] [ɔːr][æt; ət] [liːst] [ɪn] - [dɔːr] [wɜːrk] -

because	as	a	rule	it	is	closet	or	counting	-	room	or	at	least	in	-	door	work	-
因为	作为	一个	规则	它	是	壁橱	或者	计数	-	房间	或者	在	至少	在	-	门	工作	-

- ['sed(ə)nteri] , [ɪn][ə; eɪ][wɜːrd] .

-	sedentary	,	in	a	word	.
-	久坐的	,	在	一个	单词	.

因为通常来说，这是在储物间或计数室里，或者至少是室内工作——总之是久坐不动的工作。

[ðə; ði][mæn] [huː] [ɪz] [ɪn'tensli] ['juːzɪŋ][hɪz; ɪz][breɪn][ɪz][nɑːt] [kə'lætərəli] [im'plɔiŋ] ['eni] ['ʌðər] ['ɔrgənz]

The	man	who	is	intensely	using	his	brain	is	not	collaterally	employing	any	other	organs
这	男人	WHO	是	强烈地	使用	他的	脑	是	不是	附带地	雇用	任何	其他	器官

,

,
,

高度依赖大脑的人不会同时调动其他器官。

[ænd; ənd][ðə; ði] [mɔːr] [ɪn'tens] [hɪz; ɪz][ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n][ðə; ði] [les] [ˌloʊkə'moʊtɪv] [dʌz] [hiː; hi] [bɪ'kʌm] .

and	the	more	intense	his	application	the	less	locomotive	does	he	become	.
和	这	更多的	激烈的	他的	应用	这	较少的	机车	做	他	变得	.

他越是努力，就越不像火车头那样行动迅速。

[ɑːn][ðə; ði] ['ʌðər] [hænd] , [haʊ'evər] [ə; eɪ][mæn][ə'bjuːsɪz, ə'bjuːzɪz][hɪz; ɪz] ['paʊɝz] [ʌv; əv]['moʊʃ(ə)n][ɪn][ðə; ði]

On	the	other	hand	,	however	a	man	abuses	his	powers	of	motion	in	the
在	这	其他	手	,	然而	一个	男人	滥用	他的	权力	的	运动	在	这

[weɪ] [ʌv; əv][wɜːrk] ,

way	of	work	,
方式	的	工作	,

另一方面，如果一个人在工作中滥用其行动能力，

[hiː; hi][ɪz][æt; ət][ɔːl] [ɪ'vents] [ɪn'kɜːrɪdʒɪŋ] [ðæt] [kə'lætərəl] ['fʌŋkʃən(ə)l] [æk'tɪvəti] [wɪtʃ] ['ment(ə)l]['leɪbər]

he	is	at	all	events	encouraging	that	collateral	functional	activity	which	mental	labor
他	是	在	全部	活动	鼓励	那	抵押品	功能性	活动	哪个	精神的	劳动

[dis'kʌridʒz] :

discourages	:
令人沮丧	:

无论如何，他是在鼓励那些脑力劳动所抑制的辅助性功能活动：

[hiː; hi][ɪz] ['kwɪkənɪŋ] [ðə; ði] [hɑːrt] , ['draɪvɪŋ][ðə; ði] [blʌd] [θruː] [ˌʌn'juːzd; ʌn'juːst] ['tʃænlz] ,

he	is	quickening	the	heart	,	driving	the	blood	through	unused	channels	,
他	是	加速	这	心	,	驾驶	这	血	通过	未使用的	频道	,

他正在加快心跳，促使血液流经未使用的血管。

['heɪsənɪŋ] [ðə; ði] ['briːðɪŋ] [ænd; ənd] [ɪn'kriːsɪŋ] [ðə; ði] [sɪ'kriːʃənz] [ʌv; əv][ðə; ði][skɪn] - - [ɔːl] ['eksələnt]

hastening	the	breathing	and	increasing	the	secretions	of	the	skin	-	-	all	excellent
加速	这	呼吸	和	增加	这	分泌物	的	这	皮肤	-	-	全部	出色的

[rɪ'zʌlts] , [ænd; ənd] ,

results	,	and	,
结果	,	和	,

加快呼吸并增加皮肤分泌——这些都是极佳的效果，而且，

['iːv(ə)n] [ɪf] [ɪk'sesɪv] , ['betər] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [tuː] [ˌɪnkəm'pliːt] [juːz][ʌv; əv] [ðiːz] ['fʌŋkʃnz] .

even	if	excessive	,	better	than	a	too	incomplete	use	of	these	functions	.
甚至	如果	过多的	,	更好的	比	一个	也	未完成	使用	的	这些	函数	.

即使过度使用这些功能，也比功能使用不充分要好。

[bʌt; bət][ðer; ðər][ɪz] [mɔːr] [ðæn; ðən] [ðɪs] [ɪn][ðə; ði] ['kwestʃən] .

But	there	is	more	than	this	in	the	question	.
但	那里	是	更多的	比	这	在	这	问题	.

但这个问题还包含更多内容。

[wiː; wi][duː][nɑːt] [noʊ] [æz; əz] [jet] [wʌt] [ɪz][ðə; ði][kɔːst][ɪn] [ɪk'spendɪd] [mə'tɪriəl] [ʌv; əv]['ment(ə)l][ækts]

We	do	not	know	as	yet	what	is	the	cost	in	expended	material	of	mental	acts
我们	做	不是	知道	作为	然而	什么	是	这	成本	在	已支出	材料	的	精神的	行为

[æz; əz] [kəm'perd] [wɪð; wɪθ]['moʊtər] [ˌmænəfɛ'steɪʃənz] ,

as	compared	with	motor	manifestations	,
作为	比较的	和	发动机	表现	,

我们目前尚不清楚精神活动与运动表现相比，在物质消耗方面有何差异。

[ænd; ənd] [hɪr] , ['ðerfɔːr] , [ɑːr; ər][æt; ət] [fɔːlt] ; [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] ,

and	here	,	therefore	,	are	at	fault	;	because	,
和	这里	,	所以	,	是	在	过错	;	因为	,

因此，在此他们负有责任；因为，

[ɔːl'ðoʊ] [ˌaɪ 'tiː] [siːmz] [soʊ] [mʌtʃ] ['slaɪtər] [ə; eɪ] [θɪŋ] [tuː; tə] [θɪŋk] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ðæn; ðən][tuː; tə][hɪt]

although	it	seems	so	much	slighter	a	thing	to	think	a	little	than	to	hit
虽然	它	似乎	所以	很多	略微	一个	事物	到	思考	一个	小的	比	到	打

[aʊt][wɪð; wɪθ][ðə; ði]['paʊər][ʌv; əv][æn; ən] ['æθliːt] ,

out	with	the	power	of	an	athlete	,
出去	和	这	力量	的	一个	运动员	,

虽然思考似乎比像运动员一样全力出击要微不足道得多，

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [pruːv] [ðæt] [ðə; ði] [ɪk'spendɪtʃər] [ʌv; əv] [nɜːrv] [mə'tɪriəl] [ɪz][ɪn][ðə; ði]['fɔːrmər] [keɪs] ['greɪtər]

it	may	prove	that	the	expenditure	of	nerve	material	is	in	the	former	case	greater
它	可能	证明	那	这	支出	的	神经	材料	是	在	这	以前的	案件	更大的

[ðæn; ðən][ɪn][ðə; ði]['lætər] .

than	in	the	latter	.
比	在	这	后者	.

这可能证明，前一种情况下神经物质的消耗量大于后一种情况。

[wen] [ə; eɪ][mæn]['juːzɪz][hɪz; ɪz] ['mʌslz] ,

When	a	man	uses	his	muscles	,
什么时候	一个	男人	用途	他的	肌肉	,

当男人使用肌肉时，

['æftər][ə; eɪ][taɪm] [kʌmz] [ðə; ði] ['fiːlɪŋ] [kɔːld] [fə'tiːg] - - [ə; eɪ][sen'seɪʃ(ə)n]['ɔːlweɪz] [rɪ'fɜːrd] [tuː; tə]

after	a	time	comes	the	feeling	called	fatigue	-	-	a	sensation	always	referred	to
后	一个	时间	来	这	感觉	称为	疲劳	-	-	一个	感觉	总是	指	到

[ðə; ði] ['mʌslz] ,

the	muscles	,
这	肌肉	,

一段时间后，就会产生一种叫做疲劳的感觉——这种感觉通常指的是肌肉疲劳。

[ænd; ənd] [duː] [moʊst]['prɑːbəbli][tuː; tə][ðə; ði][dɪ'pɑːzɪt][ɪn][ðə; ði]['tɪsˌjuːz, 'tɪʃuːz][ʌv; əv]['sɜːrt(ə)n] ['sʌbstənsiz]

and	due	most	probably	to	the	deposit	in	the	tissues	of	certain	substances
和	到期的	最多	大概	到	这	订金	在	这	组织	的	肯定	物质

[fɔːrmd] ['dʊrɪŋ] ['moʊtər][æk'tɪvəti] .

formed	during	motor	activity	.
形成	期间	发动机	活动	.

这很可能是由于运动过程中形成的某些物质沉积在组织中造成的。

[wɔːrnd] [baɪ] [ðɪs] ['wɪrinəs] , [ðə; ði][mæn] [teɪks] [rest] - - [meɪ] [ɪn'diːd] [biː; bi] [fɔːrst] [tuː; tə][duː][soʊ] ;

Warned	by	this	weariness	,	the	man	takes	rest	-	-	may	indeed	be	forced	to	do	so	;
警告	经过	这	疲劳	,	这	男人	需要	休息	-	-	可能	的确	是	强制	到	做	所以	;

疲惫感促使他休息——或许是被迫休息；

[bʌt; bət] , [ən'les] [aɪ][ˌeɪ 'em][mɪ'steɪkən] ,

but	,	unless	I	am	mistaken	,
但	,	除非	我	是	错误	,

但是，除非我弄错了，

[hiː; hi] [huː] [ɪz] [ɪn'tensli] ['juːzɪŋ][ðə; ði][breɪn] [dʌz] [nɑːt] [fiːl] [ɪn][ðə; ði] ['kɑːmən] [juːz][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː]['eni]

he	who	is	intensely	using	the	brain	does	not	feel	in	the	common	use	of	it	any
他	WHO	是	强烈地	使用	这	脑	做	不是	感觉	在	这	常见的	使用	的	它	任何

[sen'seɪʃ(ə)n][rɪ'fɜːrəblˌ'refrəbl][tuː; tə][ðə; ði]['ɔːrgən][ɪt'self] [wɪtʃ] [wɔːnz] [hɪm; ɪm] [ðæt] [hiː; hi][hæz; həz]['tækst]

sensation	referable	to	the	organ	itself	which	warns	him	that	he	has	taxed
感觉	可参考的	到	这	器官	本身	哪个	警告	他	那	他	有	已征税

[ˌaɪ 'tiː] [ɪ'nʌf] .

it	enough	.
它	足够的	.

过度使用大脑的人，在正常使用大脑时，不会感受到任何与大脑本身相关的、提醒他已经过度使用大脑的感觉。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][æpt] , [laɪk][ə; eɪ] [wel] - [bred] ['kriːtʃər] ,

It	is	apt	,	like	a	well	-	bred	creature	,
它	是	易于	,	喜欢	一个	出色地	-	繁殖	生物	,

它很贴切，就像一只训练有素的动物。

[tuː; tə][get]['ɪntuː][ə; eɪ][sɔːrt][ʌv; əv][ɪg'zɔːltɪd] [steɪt] ['ʌndər][ðə; ði]['stɪmjələs][ʌv; əv] [niːd] ,

to	get	into	a	sort	of	exalted	state	under	the	stimulus	of	need	,
到	得到	进入	一个	种类	的	崇高	状态	在下面	这	刺激	的	需要	,

在需求的刺激下进入一种亢奋状态，

[soʊ] [ðæt] [ɪts] ['oʊnər] [fiːlz] [ə'meɪzd] [æt; ət][ðə; ði] [iːz] [ʌv; əv][ɪts] ['prɑːsesɪz] [ænd; ənd][æt; ət][ðə; ði]

so	that	its	owner	feels	amazed	at	the	ease	of	its	processes	and	at	the
所以	那	它是	所有者	感觉	惊叹	在	这	舒适	的	它是	流程	和	在	这

[sens] [ʌv; əv][waɪd] - - [ænd; ənd] ['paʊər] [ðæt] [ə'kʌmpəniz] [ðem; ðəm] .

sense	of	wide	-	awakefulness	and	power	that	accompanies	them	.
感觉	的	宽的	-	-	和	力量	那	伴随	他们	.

因此，它的主人会对其操作的便捷性以及随之而来的清醒和力量感感到惊讶。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['oʊnli]['æftər]['veri] [lɔːŋ] [ˌmɪs'juːs; ˌmɪs'juːz] [ðæt] [ðə; ði][breɪn] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə][hæv; həv] [miːnz]

It	is	only	after	very	long	misuse	that	the	brain	begins	to	have	means
它	是	仅有的	后	非常	长的	滥用	那	这	脑	开始	到	有	方法

[ʌv; əv] ['seɪɪŋ] ,

of	saying	,
的	说	,

只有经过非常长时间的滥用之后，大脑才会开始具备表达能力：

" [aɪ][hæv; həv] [dʌn] [ɪ'nʌf] ;

"	I	have	done	enough	;
"	我	有	完毕	足够的	;

“我已经做得够多了；

" [ænd; ənd][æt; ət] [ðɪs] [steɪdʒ][ðə; ði] ['wɔːrnɪŋ] [kʌmz] [tuː] ['ɔːf(ə)n][ɪn][ðə; ði] [ʃeɪp] [ʌv; əv][sʌm; səm][wʌn]

"	and	at	this	stage	the	warning	comes	too	often	in	the	shape	of	some	one
"	和	在	这	阶段	这	警告	来	也	经常	在	这	形状	的	一些	一

[ʌv; əv][ðə; ði] ['meni] ['sɪmptəmz] [wɪtʃ] ['ɪndɪkeɪt] [ðæt] [ðə; ði]['ɔːrgən][ɪz] [ɔːl'redi] ['tɔːkɪŋ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]

of	the	many	symptoms	which	indicate	that	the	organ	is	already	talking	with	the
的	这	许多	症状	哪个	表明	那	这	器官	是	已经	说	和	这

[tʌŋ] [ʌv; əv] [dɪ'ziːz] .

tongue	of	disease	.
舌头	的	疾病	.

“而在这个阶段，警告往往以多种症状中的一种形式出现，这些症状表明该器官已经在用疾病的舌头说话了。”

[aɪ][duː][nɑːt] [noʊ] [haʊ] [ðiːz] [vjuːz] [wɪl] [biː; bi]['dʒen(ə)rəli] [rɪ'siːvd] ,

I	do	not	know	how	these	views	will	be	generally	received	,
我	做	不是	知道	如何	这些	浏览	将要	是	一般来说	已收到	,

我不知道这些观点会被大众如何看待。

[bʌt; bət][aɪ][ˌeɪ 'em] [ʃʊr] [ðæt] [ðə; ði]['pɜːrsən(ə)l] [ɪk'spɪriəns] [ʌv; əv] ['meni] [s'kɒləz] [wɪl] [dɪ'saɪd]

but	I	am	sure	that	the	personal	experience	of	many	scholars	will	decide
但	我	是	当然	那	这	个人的	经验	的	许多	学者们	将要	决定

[ðem; ðəm][tuː; tə][biː; bi] [kə'rekt] ;

them	to	be	correct	;
他们	到	是	正确的	;

但我相信，许多学者的亲身经历会证明他们的观点是正确的；

[ænd; ənd] [ðeɪ] [sɜːrv] [tuː; tə] [meɪk] [klɪr] [waɪ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðæt] [men] [meɪ] [nɑːt] [noʊ] [ðeɪ] [ɑːr; ər]

and	they	serve	to	make	clear	why	it	is	that	men	may	not	know	they	are
和	他们	服务	到	制作	清除	为什么	它	是	那	男人	可能	不是	知道	他们	是

[ə'bjuːzɪŋ][ðə; ði]['ɔːrgən][ʌv; əv] [θɔːt] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ɔːl'redi] ['sʌfərɪŋ] ['diːpli] ,

abusing	the	organ	of	thought	until	it	is	already	suffering	deeply	,
滥用	这	器官	的	想法	直到	它	是	已经	痛苦	深	,

它们也清楚地解释了为什么男性可能直到思维器官遭受严重损害时才意识到自己正在滥用它。

[ænd; ənd]['ɔ:lsoʊ] ['werfɔ:r] [ðə; ði][maɪnd] [meɪ] [nɑ:t][bi:; bi][æz; əz] ['ru:θləsli] [ˌoʊvər'wɜ:rkt] [æz; əz][ðə; ði]

and	also	wherefore	the	mind	may	not	be	as	ruthlessly	overworked	as	the
和	还	因此	这	头脑	可能	不是	是	作为	无情地	过度劳累	作为	这

[legz][ɔ:r][ɑ:rmz] .

legs	or	arms	.
腿	或者	武器	.

也正因如此，大脑可能不会像腿或胳膊那样过度劳累。

[wen'evər] [aɪ][hæv; həv]['kloʊsli] ['kwestʃənd] ['peɪʃnts] [ɔ:r][men][ʌv; əv] ['stu:diəs] ['hæbɪts][æz; əz][tu:; tə]

Whenever	I	have	closely	questioned	patients	or	men	of	studious	habits	as	to
每当	我	有	密切	被质问	患者	或者	男人	的	好学的	习惯	作为	到

[ðɪs] ['mætər] ,

this	matter	,
这	事情	,

每当我仔细询问病人或有好学习惯的人有关此事时，

[aɪ][hæv; həv][faʊnd] [ðæt][moʊst][ʌv; əv][ðem; ðəm] , [wen] [ɪn] [helθ] ,

I	have	found	that	most	of	them	,	when	in	health	,
我	有	成立	那	最多	的	他们	,	什么时候	在	健康	,

我发现他们中的大多数人，在健康的时候，

['rekəgnaɪzd] [noʊ] [sʌtʃ] [θɪŋ] [æz; əz] [fə'ti:g] [ɪn]['ment(ə)l]['ækʃ(ə)n] ,

recognized	no	such	thing	as	fatigue	in	mental	action	,
认可	不	这样的	事物	作为	疲劳	在	精神的	行动	,

不认为精神活动会有疲劳这种说法。

[ɔ:r] [els] [aɪ] ['lɜ:rnɪd] [ðæt] [wʌt] [ðeɪ] [tʊk] [fɔ:r; fər] [ðɪs] [wʌz; wəz] ['mɪrli] [ðæt] ['fɪzɪk(ə)l] [sens] [ʌv; əv]

or	else	I	learned	that	what	they	took	for	this	was	merely	that	physical	sense	of
或者	别的	我	学习	那	什么	他们	采取	为了	这	曾是	仅仅	那	身体的	感觉	的

['bi:ɪŋ] ['taɪərd] ,

being	tired	,
存在	疲劳的	,

否则我就会明白，他们认为的仅仅是身体上的疲倦感。

[wɪtʃ] [ɝ'aɪzɪz][frʌm; frəm] [prə'lɔ:ŋd] ['raɪtɪŋ] [ɔ:r] [kən'streɪnd] [pə'ziʃənz] .

which	arises	from	prolonged	writing	or	constrained	positions	.
哪个	出现	从	延长	写作	或者	受限	职位	.

这是由于长时间写作或姿势受限造成的。

[ðə; ði] [mɔ:r] , [aɪ]['fænsi] ,

The	more	,	I	fancy	,
这	更多的	,	我	想要	,

我越喜欢，

['eni] ['helθi] ['stu:d(ə)nt] [rɪ'flekts] [ɑ:n] [ðɪs] ['mætər] [ðə; ði] [mɔ:r] ['klɪrli] [wɪl] [hi:; hi] ['rekəgnaɪz] [ðɪs] [fækt]

any	healthy	student	reflects	on	this	matter	the	more	clearly	will	he	recognize	this	fact
任何	健康	学生	反映	在	这	事情	这	更多的	清楚地	将要	他	认出	这	事实

,

,

,

任何一个身心健康的学生如果认真思考这个问题，就会越清楚地认识到这个事实。

[ðæt] ['veri] ['ɔ:f(ə)n] [wen] [hɪz; ɪz][breɪn][ɪz][æt; ət][ɪts] ['klɪrɪst] ,

that	very	often	when	his	brain	is	at	its	clearest	,
那	非常	经常	什么时候	他的	脑	是	在	它是	最清晰	,

很多时候，当他头脑最清醒的时候，

[hiː; hi] ['pɔːzɪz] ['oʊnli][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][hɪz; ɪz] [bæk] [ɪz] ['wɪri] , [hɪz; ɪz] [aɪz] ['eɪkɪŋ] , [ɔːr][hɪz; ɪz]['fɪŋgərz]

he	pauses	only	because	his	back	is	weary	,	his	eyes	aching	,	or	his	fingers
他	停顿	仅有的	因为	他的	后退	是	厌倦	,	他的	眼睛	疼痛	,	或者	他的	手指

['taɪərd] .

tired	.
疲劳的	.

他停下来只是因为他的背很累、眼睛很酸痛或者手指很累了。

[ðɪs] [moʊst][ɪm'pɔːrt(ə)nt]['kwestʃən] ,

This	most	important	question	,
这	最多	重要的	问题	,

这个最重要的问题是:

[æz; əz][tuː; tə] [haʊ] [ə; eɪ][mæn][ʃæl; ʃəl] [noʊ] [wen] [hiː; hi][hæz; həz] [sə'fɪʃntli] ['tæskt] [hɪz; ɪz][breɪn] ,

as	to	how	a	man	shall	know	when	he	has	sufficiently	tasked	his	brain	,
作为	到	如何	一个	男人	将	知道	什么时候	他	有	足够	任务	他的	脑	,

至于一个人如何知道自己的大脑已经充分运转起来了,

[dɪ'mændz] [ə; eɪ][lɔːŋgər] ['ænsər] [ðæn; ðən][aɪ][kæn; kən] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː] [hɪr] ; [ænd; ənd] , [ʌn'fɔːrtʃənətli] ,

demands	a	longer	answer	than	I	can	give	it	here	;	and	,	unfortunately	,
需求	一个	更长	回答	比	我	能	给	它	这里	;	和	,	很遗憾	,

这需要比我在这里所能提供的更长的篇幅来解答；而且，很遗憾，

[ðer; ðər][ɪz][noʊ]['pɑːpjələr] [bʊk] [sɪns] ['reɪz] ['klevər][ænd; ənd]['juːsf(ə)l] " ['ment(ə)l] ['haɪdʒiːn] ,

there	is	no	popular	book	since	Ray's	clever	and	useful	"	Mental	Hygiene	,
那里	是	不	受欢迎的	书	自从	雷的	聪明的	和	有用	"	精神的	卫生	,

自雷伊那本巧妙而实用的《精神卫生》出版以来，还没有哪本书像它一样广受欢迎。

" [ænd; ənd] - " [ˌdaɪə'tetɪks][ʌv; əv][ðə; ði][soʊl] , " [bəuθ][aʊt][ʌv; əv][prɪnt] ,

"	and	Feuchtersleben's	"	Dietetics	of	the	Soul	,	"	both	out	of	print	,
"	和	-	"	营养学	的	这	灵魂	,	"	两个都	出去	的	打印	,

以及费希特斯莱本的《灵魂的营养学》，这两本书都已绝版。

[wɪtʃ] [diːlz] [ɪn][ə; eɪ]['riːdəb(ə)l] ['fæʃ(ə)n] [wɪð; wɪθ] [ðɪs] [ɔːr]['kɪndrəd]['tɑːpɪks] . [[θriː]] ['meni] [men][ɑːr; ər]

which	deals	in	a	readable	fashion	with	this	or	kindred	topics	.	[	3	]	Many	men	are
哪个	交易	在	一个	可读	时尚	和	这	或者	亲属	主题	.	[	3	]	许多	男人	是

[wɔːrnd] [baɪ][sʌm; səm] [sens] [ʌv; əv][wɑːnt][ʌv; əv] ['klɪrnəs] [ɔːr] [iːz] [ɪn][ðer; ðər] [ˌɪntə'lektʃuəl]

warned	by	some	sense	of	want	of	clearness	or	ease	in	their	intellectual
警告	经过	一些	感觉	的	想	的	清晰度	或者	舒适	在	他们的	知识分子

['prɑːsesɪz] .

processes	.
流程	.

它以通俗易懂的方式处理这一主题或相关主题。[3] 许多人因思维过程缺乏清晰或轻松而感到担忧。

['ʌðər] [ɑːr; ər] [tʃekt] [baɪ][ə; eɪ] ['fiːlɪŋ] [ʌv; əv] ['sɜːrfɪt] [ɔːr] [dɪs'gʌst] ,

Others	are	checked	by	a	feeling	of	surfeit	or	disgust	,
其他的	是	已检查	经过	一个	感觉	的	过量	或者	厌恶	,

另一些人则因感到厌倦或厌恶而止步。

[wɪtʃ] [ðeɪ] [ə'beɪ] [ɔːr][nɑːt][æz; əz] [ðeɪ] [ɑːr; ər][waɪz][ɔːr][ˌʌn'waɪz] .

which	they	obey	or	not	as	they	are	wise	or	unwise	.
哪个	他们	服从	或者	不是	作为	他们	是	明智的	或者	失策	.

他们是否服从，取决于他们是否明智。

[hɪr] , [fɔːr; fər][ɪg'zæmp(ə)l] ,

Here	,	for	example	,
这里	,	为了	例子	,

例如，这里

[ɪz][ɪn] ['sʌbstəns] [ðə; ði] ['evɪdəns] [ʌv; əv][ə; eɪ]['veri] [ə'tentɪv] ['stu:d(ə)nt][ʌv; əv][hɪz; ɪz][oʊn]['ment(ə)l]

is	in	substance	the	evidence	of	a	very	attentive	student	of	his	own	mental
是	在	物质	这	证据	的	一个	非常	细心	学生	的	他的	自己的	精神的

['mekənɪzəm] ,

mechanism	,
机制	,

从实质上看，这是对自身心理机制进行非常细致研究的证据。

[hu:m] [wi:; wi][hæv; həv][tu:; tə] [θæŋk] [fɔ:r; fər] ['meni] ['tʃɑ:rmɪŋ] ['prɑ:dʌkt] [ʌv; əv][hɪz; ɪz][breɪn] .

whom	we	have	to	thank	for	many	charming	products	of	his	brain	.
谁	我们	有	到	感谢	为了	许多	迷人	产品	的	他的	脑	.

我们应该感谢他，因为他的大脑创造了许多令人着迷的作品。

[laɪk] [moʊst] [s'kɒləz] , [hi:; hi][kæn; kən] ['skersli] [seɪ] [ðæt] [hi:; hi]['evər][hæz; həz][ə; eɪ] [sens] [ʌv; əv] "

Like	most	scholars	,	he	can	scarcely	say	that	he	ever	has	a	sense	of	"
喜欢	最多	学者们	,	他	能	几乎	说	那	他	曾经	有	一个	感觉	的	"

[breɪn] - ['taɪər] ,

brain	-	tire	,
脑	-	胎	,

像大多数学者一样，他几乎可以说自己从未有过"脑疲劳"的感觉。

" [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][koʊld][hændz][ænd; ənd] [fi:t] [ænd; ənd][ə; eɪ]['sɜ:rt(ə)n] ['restləsnəs] [ʌv; əv][ðə; ði]

"	because	cold	hands	and	feet	and	a	certain	restlessness	of	the
"	因为	寒冷的	双手	和	脚	和	一个	肯定	躁动不安	的	这

['mʌskjələr] ['sɪstəm] [draɪv][hɪm; ɪm][tu:; tə] [teɪk] ['eksərsaɪz] .

muscular	system	drive	him	to	take	exercise	.
肌肉发达的	系统	驾驶	他	到	拿	锻炼	.

"因为手脚冰凉和肌肉系统的某种躁动不安促使他进行锻炼。"

[ɪ'speʃəli] [wen] ['wɜ:rkɪŋ] [æt; ət] [naɪt] ,

Especially	when	working	at	night	,
尤其	什么时候	在职的	在	夜晚	,

尤其是在夜间工作时，

[hi:; hi] [gets] ['æftər][ə; eɪ] [taɪm] [ə; eɪ] [sens] [ʌv; əv] [dɪs'gʌst] [æt; ət][ðə; ði][wɜ:rk][hi:; hi][ɪz] ['du:ɪŋ] .

he	gets	after	a	time	a	sense	of	disgust	at	the	work	he	is	doing	.
他	获得	后	一个	时间	一个	感觉	的	厌恶	在	这	工作	他	是	正在做	.

一段时间后，他对自己的工作产生了厌恶感。

" [bʌt; bət] ['sʌmtaɪmz] , " [hi:; hi] [ædz] , " [maɪ] [breɪn] [gets] ['goʊɪŋ] ,

"	But	sometimes	,	"	he	adds	,	"	my	brain	gets	going	,
"	但	有时	,	"	他	添加	,	"	我的	脑	获得	去	,

"但有时候，"他补充道，"我的大脑会运转起来，

[ænd; ənd][ɪz][tu:; tə][bi:; bi] [stɑ:pt] [baɪ] [nʌn] [ʌv; əv][ðə; ði] ['kɑ:mən] [plænz][ʌv; əv] [kaʊntɪŋ] ,

and	is	to	be	stopped	by	none	of	the	common	plans	of	counting	,
和	是	到	是	停止	经过	没有任何	的	这	常见的	计划	的	计数	,

而且任何常见的统计方法都无法阻止它。

[rɪ'pi:tɪŋ] [frentʃ] [və:bz] , [ɔ:r][ðə; ði][laɪk] .

repeating	French	verbs	,	or	the	like	.
重复	法语	动词	,	或者	这	喜欢	.

重复法语动词，或者类似的事情。

" [ə; eɪ] [wel] - [noʊn] ['poʊət] [dɪ'skraɪbz] [tu:; tə][ˌem 'i:][ðə; ði] ['kjʊriəs] [kən'dɪʃ(ə)n][ʌv; əv] [ɪk'saɪtmənt] ['ɪntu:]

"	A	well	-	known	poet	describes	to	me	the	curious	condition	of	excitement	into
"	一个	出色地	-	已知	诗人	描述	到	我	这	好奇的	状况	的	激动	进入

[wɪtʃ] [hɪz; ɪz] [breɪn] [ɪz][kæst][baɪ][ðə; ði][ækt][ʌv; əv] [kəm'poʊzɪŋ] [vɜ:rs] ,

which	his	brain	is	cast	by	the	act	of	composing	verse	,
哪个	他的	脑	是	投掷	经过	这	行为	的	构成	诗	,

一位著名诗人向我描述了他在创作诗歌时，大脑所感受到的那种奇特的兴奋状态。

[ænd; ənd] [θɪŋks] [ðæt] [ðə; ði] ['hæpi] [ə'kɑ:mplɪʃmənt] [ʌv; əv][hɪz; ɪz][tæsk][ɪz] ['fɑ:loʊd] [baɪ][ə; eɪ] ['fi:lɪŋ]

and	thinks	that	the	happy	accomplishment	of	his	task	is	followed	by	a	feeling
和	思考	那	这	快乐的	成就	的	他的	任务	是	随后	经过	一个	感觉

[ʌv; əv] [rɪ'li:f] ,

of	relief	,
的	宽慰	,

他认为，完成任务后的喜悦之后会伴随着一种如释重负的感觉。

[wɪtʃ] [ʃoʊz] [ðæt] [ðer; ðər][hæz; həz] [bɪn] [haɪ] ['tenʃ(ə)n] .

which	shows	that	there	has	been	high	tension	.
哪个	演出	那	那里	有	到过	高的	紧张	.

这表明局势高度紧张。

[wʌn][ʌv; əv]['aʊər; ɑ:r]['eɪb(ə)lɪst]['medɪk(ə)l] [s'kɒləz] [rɪ'pɔ:rts] [hɪm'self][tu:; tə][ˌem 'i:][æz; əz] ['hævɪŋ] ['nevər]

One	of	our	ablest	medical	scholars	reports	himself	to	me	as	having	never
一	的	我们的	最有能力	医疗的	学者们	报告	他自己	到	我	作为	拥有	绝不

[bɪn] [ə'wer] [ʌv; əv] ['eni] [sen'seɪʃ(ə)n][ɪn][ðə; ði] [hed] ,

been	aware	of	any	sensation	in	the	head	,
到过	意识到的	的	任何	感觉	在	这	头	,

我们一位最杰出的医学学者向我报告说，他从未感觉到头部有任何感觉。

[baɪ] [wɪtʃ] [hi:; hi][kʊd; kəd] [tel] [ðæt] [hi:; hi][hæd; həd] [wɜ:rkt] [ɪ'nʌf] ,

by	which	he	could	tell	that	he	had	worked	enough	,
经过	哪个	他	可以	告诉	那	他	有	工作	足够的	,

他可以通过这种方式判断自己是否已经工作够了。

[ʌp][tu:; tə][ə; eɪ] [leɪt] ['pɪriəd] [ʌv; əv][hɪz; ɪz] ['kɑ:lɪdʒ] [kə'rɪr] , [wen] , ['hævɪŋ] [ˌəʊvə'tæksd][hɪz; ɪz][breɪn] ,

up	to	a	late	period	of	his	college	career	,	when	,	having	overtaxed	his	brain	,
向上	到	一个	晚的	时期	的	他的	大学	职业	,	什么时候	,	拥有	税负过重	他的	脑	,

直到他大学生涯后期，由于大脑负荷过重，

[hi:; hi][wʌz; wəz] [rɪ'strɪktɪd] [baɪ][hɪz; ɪz][əd'vaɪzəz][tu:; tə] [tu:] [ɔ:r] [θri:] ['aʊərz][ʌv; əv]['deɪli] ['stʌdi] .

he	was	restricted	by	his	advisers	to	two	or	three	hours	of	daily	study	.
他	曾是	受限制的	经过	他的	顾问	到	二	或者	三	小时	的	日常的	学习	.

他的导师限制他每天只能学习两到三个小时。

[hi:; hi] [ðʌs] ['lɜ:rnɪd] [tu:; tə] ['stʌdi] [hɑ:rd] ,

He	thus	learned	to	study	hard	,
他	因此	学习	到	学习	难的	,

因此他学会了努力学习。

[ænd; ənd]['evər] [sɪns] [hæz; həz] [bɪn] [ə'kʌstəmd] [tu:; tə]['eksɪkju:t][ɔ:l]['ment(ə)l]['tæsks][æt; ət] [haɪ]

and	ever	since	has	been	accustomed	to	execute	all	mental	tasks	at	high
和	曾经	自从	有	到过	习惯	到	执行	全部	精神的	任务	在	高的

['preʃər] ['ʌndər] [ɪn'tens] [streɪn] [ænd; ənd] [ə'mʌŋ] [ðə; ði] ['kɛrz] [ʌv; əv][ə; eɪ] [greɪt] ['præktɪs] .

pressure	under	intense	strain	and	among	the	cares	of	a	great	practice	.
压力	在下面	激烈的	拉紧	和	之中	这	关心	的	一个	伟大的	实践	.

从那时起，他就习惯了在高压、高强度压力和繁重训练的重压下完成所有脑力任务。

[ɔ:l][hɪz; ɪz][maɪnd] - [wɜ:rk][ɪz] , [haʊ'evər] , [fɔ:rst] ['leɪbər] ,

All	his	mind	-	work	is	,	however	,	forced	labor	,
全部	他的	头脑	-	工作	是	,	然而	,	强制	劳动	,

然而，他所有的脑力劳动都是强迫劳动。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'ti:]['ɔ:lweɪz] [rɪ'zʌlts] [ɪn][ə; eɪ][dɪ'stɪŋkt] [sens] [ʌv; əv][sə'ri:brəl] [fə'ti:g] , - - [ə; eɪ] ['fi:lɪŋ]

and	it	always	results	in	a	distinct	sense	of	cerebral	fatigue	,	-	-	a	feeling
和	它	总是	结果	在	一个	清楚的	感觉	的	大脑	疲劳	,	-	-	一个	感觉

[ʌv; əv] ['preʃər] ,

of	pressure	,
的	压力	,

这总是会导致一种明显的脑疲劳感——一种压力感。

[wɪtʃ] [ɪz] [iːzd] [baɪ] [klɑːspɪŋ] [hɪz; ɪz][hændz]['oʊvər][hɪz; ɪz] [hed] ;

which	is	eased	by	clasping	his	hands	over	his	head	;
哪个	是	缓解	经过	紧握	他的	双手	超过	他的	头	;

他双手抱头，以此来缓解疼痛；

[ænd; ənd]['ɔːlsoʊ][ðer; ðər][ɪz][dɪ'zaɪər][tuː; tə][laɪ] [daʊn] [ænd; ənd] [rest] .

and	also	there	is	desire	to	lie	down	and	rest	.
和	还	那里	是	欲望	到	说谎	向下	和	休息	.

而且还有躺下休息的欲望。

" [aɪ][ˌeɪ 'em][nɑːt] [ə'wer] , " [raɪts] [ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] [dɪ'stɪŋkʃn] , " [ðæt] , [ʌn'tɪl][ə; eɪ] [fjuː] ['jɪrz]

"	I	am	not	aware	,	"	writes	a	physician	of	distinction	,	"	that	,	until	a	few	years
"	我	是	不是	意识到的	,	"	写	一个	医生	的	区别	,	"	那	,	直到	一个	很少	年

[ə'goʊ] ,

ago	,
前	,

一位德高望重的医生写道："我并不知道，直到几年前，

[aɪ]['evər] [felt] ['eni] [sens] [ʌv; əv] [fə'tiːg] [frʌm; frəm] [breɪn] - [wɜːrk] [wɪtʃ] [aɪ][kʊd; kəd][rɪ'fɜːr][tuː; tə][ðə; ði]

I	ever	felt	any	sense	of	fatigue	from	brain	-	work	which	I	could	refer	to	the
我	曾经	毛毡	任何	感觉	的	疲劳	从	脑	-	工作	哪个	我	可以	参考	到	这

['ɔːrgən] [ɪm'plɔɪd] .

organ	employed	.
器官	受雇	.

我从未因脑力劳动而感到疲劳，我可以将其归因于所使用的器官。

[ðə; ði][lɔːŋgər][aɪ] [wɜːrkt] [ðə; ði] ['klɪrər] [ænd; ənd] ['iziə] [maɪ]['ment(ə)l] ['prɑːsesɪz] [siːmd] [tuː; tə]

The	longer	I	worked	the	clearer	and	easier	my	mental	processes	seemed	to
这	更长	我	工作	这	更清晰	和	更轻松	我的	精神的	流程	似乎	到

[biː; bi] ,

be	,
是	,

工作时间越长，我的思维似乎就越清晰、越流畅。

[ʌn'tɪl] , ['dʊrɪŋ] [ə; eɪ][taɪm][ʌv; əv] [greɪt] ['sɑːroʊ] [ænd; ənd][æŋ'zaɪəti] , [aɪ] [pʊʃt] [maɪ] ['θɪŋkɪŋ] ['ɔrgənz]

until	,	during	a	time	of	great	sorrow	and	anxiety	,	I	pushed	my	thinking	organs
直到	,	期间	一个	时间	的	伟大的	悲哀	和	焦虑	,	我	推动	我的	思维	器官

['ræðər] [tuː] [hɑːrd] .

rather	too	hard	.
相当	也	难的	.

直到有一次，在极度悲伤和焦虑的时候，我过度刺激了我的思考器官。

[æz; əz][ə; eɪ] [rɪ'zʌlt] , [aɪ][bɪ'gæn][tuː; tə][hæv; həv] ['hedeɪk] ['æftər] ['evri] ['pɪriəd] [ʌv; əv] [ˌɪntə'lektʃuəl]

As	a	result	,	I	began	to	have	headache	after	every	period	of	intellectual
作为	一个	结果	,	我	开始	到	有	头痛	后	每一个	时期	的	知识分子

[ɪg'zɜːrʃn] .

exertion	.
用力	.

结果，每次进行脑力劳动后，我都会开始头痛。

[ðen] [aɪ][lɔːst] ['paʊər] [tuː; tə] [sliːp] .

Then	I	lost	power	to	sleep	.
然后	我	丢失的	力量	到	睡觉	.

然后我就没电睡觉了。

[ɔːl'ðoʊ] [aɪ][hæv; həv] ['pɑːrʃəli] [rɪ'kʌvərd] , [aɪ][ˌeɪ 'em] [naʊ] ['ɔːlweɪz] [wɔːrnd] [wen] [aɪ][hæv; həv] [dʌn]

Although	I	have	partially	recovered	,	I	am	now	always	warned	when	I	have	done
虽然	我	有	部分	恢复	,	我	是	现在	总是	警告	什么时候	我	有	完毕

[ɪ'nʌf] ,

enough	,
足够的	,

虽然我已经部分康复，但我现在总会在做够了的时候收到警告。

[baɪ] ['lesnɪŋ] [iːz] [ɪn][maɪ][wɜːrk] , [ænd; ənd][baɪ][ə; eɪ] [sens] [ʌv; əv] ['fʊlnəs] [ænd; ənd]['tenʃ(ə)n][ɪn]

by	lessening	ease	in	my	work	,	and	by	a	sense	of	fulness	and	tension	in
经过	减少	舒适	在	我的	工作	,	和	经过	一个	感觉	的	充满	和	紧张	在

[ðə; ði] [hed] .

the	head	.
这	头	.

工作中的轻松感减少了，头部也感到饱胀和紧张。

" [ðə; ði] [ˌɪndə'keʃənz] [ʌv; əv][breɪn] - ['taɪər] , ['ðerfɔːr] , ['dɪfər] [ɪn] ['dɪfrənt] ['piːp(ə)l] ,

"	The	indications	of	brain	-	tire	,	therefore	,	differ	in	different	people	,
"	这	症状	的	脑	-	胎	,	所以	,	不同	在	不同的	人们	,

因此，大脑疲劳的症状因人而异。

[ænd; ənd][ɑːr; ər] [mɔːr] [ænd; ənd] [mɔːr] [æpt][tuː; tə][biː; bi] [rɪ'fɜːrd] [tuː; tə][ðə; ði] ['θɪŋkɪŋ] ['ɔːrgən][æz; əz]

and	are	more	and	more	apt	to	be	referred	to	the	thinking	organ	as
和	是	更多的	和	更多的	易于	到	是	指	到	这	思维	器官	作为

[ˌaɪ 'tiː] [di'pɑːts] [mɔːr] [ænd; ənd] [mɔːr] [frʌm; frəm][ə; eɪ][kən'dɪʃ(ə)n][ʌv; əv] [helθ] .

it	departs	more	and	more	from	a	condition	of	health	.
它	离开	更多的	和	更多的	从	一个	状况	的	健康	.

而且，随着思维器官越来越偏离健康状态，人们越来越倾向于将其与思维器官联系起来。

['ʃʊrli] [ə; eɪ] [fʊlər] ['rekɔːd; rɪ'kɔːd][ʌv; əv][ðə; ði][kən'dɪʃ(ə)nz] ['ʌndər] [wɪtʃ] [men][ʌv; əv][noʊt][ɑːr; ər]['juːzɪŋ]

Surely	a	fuller	record	of	the	conditions	under	which	men	of	note	are	using
一定	一个	更丰满	记录	的	这	状况	在下面	哪个	男人	的	笔记	是	使用

[ðer; ðər]['ment(ə)l] [mə'ʃiːnəri] [wʊd] [biː; bi] ['evriˌweɪ] ['wɜːrði] [ʌv; əv] [ə'tenʃ(ə)n] .

their	mental	machinery	would	be	everyway	worthy	of	attention	.
他们的	精神的	机械	会	是	各种方式	值得	的	注意力	.

毫无疑问，全面记录名人运用其思维能力的条件，绝对值得我们关注。

[ə'nʌðər] ['riːz(ə)n] [waɪ] [tuː] [prə'lɔːŋd] [juːz][ʌv; əv][ðə; ði][breɪn][ɪz][soʊ] ['mɪstʃɪvəs] [ɪz] [siːn] [ɪn][ə; eɪ]

Another	reason	why	too	prolonged	use	of	the	brain	is	so	mischievous	is	seen	in	a
其他	原因	为什么	也	延长	使用	的	这	脑	是	所以	恶作剧	是	已见	在	一个

[pɪˌkjuːli'ærəti] ,

peculiarity	,
特点	,

大脑过度使用之所以如此有害，另一个原因体现在一个特殊现象中：

[wɪtʃ] [ɪz][ʌv; əv][ɪt'self][ə; eɪ] [pruːf] [ʌv; əv][ðə; ði]['ɔːtoʊ] - [æk'tɪvəti][ʌv; əv][ðə; ði] ['vaɪt(ə)l] [ækts][ʌv; əv][ðə; ði]

which	is	of	itself	a	proof	of	the	auto	-	activity	of	the	vital	acts	of	the
哪个	是	的	本身	一个	证明	的	这	汽车	-	活动	的	这	必不可少的	行为	的	这

['veriəs] ['ɔrgənz] [kən'sɜːrnd] [ɪn] [ˌɪntə'lekʃn] .

various	organs	concerned	in	intellection	.
各种各样的	器官	担心的	在	智力	.

这本身就证明了与智力活动相关的各个器官的生命活动具有自主性。

[wiː; wi] ['stɜːrnli] ['kɑːns(ə)ntreɪt] [ə'tenʃ(ə)n] [ɑːn]['aʊər; ɑːr][tæsk] , [wət'evər] [ˌaɪ 'tiː][biː; bi] ; [wiː; wi][duː] [ðɪs]

We	sternly	concentrate	attention	on	our	task	,	whatever	it	be	;	we	do	this
我们	严厉地	集中	注意力	在	我们的	任务	,	任何	它	是	;	我们	做	这

[tuː] [lɔːŋ] ,

too	long	,
也	长的	,

我们全神贯注于手头的任务，无论是什么任务；我们这样做的时间太长了。

[ɔːr] ['ʌndər] ['sɜːrkəmstænsɪz] [wɪtʃ] [meɪk] ['leɪbər] ['dɪfɪkəlt] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['dʊrɪŋ] [daɪ'dʒestʃən][ɔːr] [wen]

or	under	circumstances	which	make	labor	difficult	,	such	as	during	digestion	or	when
或者	在下面	情况	哪个	制作	劳动	难的	,	这样的	作为	期间	消化	或者	什么时候

['weɪtɪd] [baɪ][æŋ'zaɪəti] .

weighted	by	anxiety	.
加权	经过	焦虑	.

或在使分娩困难的情况下，例如在消化过程中或焦虑时。

[æt; ət][læst][wi:; wi][stɑ:p][ænd; ənd][prə'poʊz][tu:; tə][faɪnd][rest][ɪn][bed] .

At	last	we	stop	and	propose	to	find	rest	in	bed	.
在	最后的	我们	停止	和	提出	到	寻找	休息	在	床	.

最后我们停下来，决定上床休息。

[nɑ:t][soʊ] , [sez] [ðə; ði] [ɪl] - [ju:st] [breɪn] , [naʊ] ['mɔ:rbɪdli] [waɪd] [ə'weɪk] ; [ænd; ənd] ['weðər] [wi:; wi]

Not	so	,	says	the	ill	-	used	brain	,	now	morbidly	wide	awake	;	and	whether	we
不是	所以	,	说道	这	患病的	-	用过的	脑	,	现在	病态地	宽的	醒	;	和	无论	我们

[wɪl] [ɔ:r][nɑ:t] ,

will	or	not	,
将要	或者	不是	,

并非如此，饱受摧残、如今病态地清醒着的大脑说道；无论我们是否愿意，

[ðə; ði][maɪnd] [ki:ps] ['tɜ:rnɪŋ] ['oʊvər][ænd; ənd]['oʊvər][ðə; ði][wɜ:rk][ʌv; əv][ðə; ði] [deɪ] , [ðə; ði] ['bɪznəs] [ɔ:r]

the	mind	keeps	turning	over	and	over	the	work	of	the	day	,	the	business	or
这	头脑	保持	转弯	超过	和	超过	这	工作	的	这	天	,	这	商业	或者

['li:g(ə)l]['prɑ:bləm] ,

legal	problem	,
合法的	问题	,

脑海中不断回想着当天的工作、业务或法律问题。

[ɔ:r] ['mʌmblɪŋ] , [soʊ][tu:; tə] [spi:k] ,

or	mumbling	,	so	to	speak	,
或者	喃喃自语	,	所以	到	说话	,

或者说，喃喃自语。

[sʌm; səm] ['wɪrisəm] ['kwestʃən] [ɪn][ə; eɪ] ['fæʃ(ə)n] [meɪd] ['ju:sləs] [baɪ][ðə; ði][dɪ'naɪəl][ʌv; əv] [fʊl]

some	wearisome	question	in	a	fashion	made	useless	by	the	denial	of	full
一些	令人厌倦的	问题	在	一个	时尚	制成	无用	经过	这	拒绝	的	满的

[ə'tenʃ(ə)n] .

attention	.
注意力	.

由于缺乏充分的关注，一些令人厌烦的问题变得毫无意义。

[ɔ:r] [els] [ðə; ði][ɪˌmædʒɪ'neɪʃ(ə)n] [sɔ:z] [ə'weɪ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [ʌn'restfəl] ['enərdʒi][ʌv; əv][ə; eɪ]['di:mən] ,

Or	else	the	imagination	soars	away	with	the	unrestful	energy	of	a	demon	,
或者	别的	这	想像力	翱翔	离开	和	这	不安	活力	的	一个	恶魔	,

否则，想象力就会像恶魔般躁动不安，肆意驰骋。

['kɑ:ndʒərɪŋ][ʌp][æn; ən] ['endləs] [prə'seʃ(ə)n] [ʌv; əv]['broʊkən]['ɪmɪdʒɪz][ænd; ənd] [ˌdɪskə'nektɪd] [θɔ:ts]

conjuring	up	an	endless	procession	of	broken	images	and	disconnected	thoughts
魔法	向上	一个	无尽的	游行	的	破碎的	图片	和	断开连接	想法

, [soʊ] [ðæt] [sli:p] [ɪz] ['ʌtərli] ['bænɪʃt] .

,	so	that	sleep	is	utterly	banished	.
,	所以	那	睡觉	是	完全地	被放逐	.

脑海中浮现出无数破碎的画面和零散的思绪，以至于完全无法入睡。

[aɪ][hæv; həv] ['tʃoʊzn] [hɪr] [æz; əz][ɪg'zæmpəlz][men] [hu:z] [breɪnz][ɑ:r; ər][ɪn'geɪdʒd] ['kɑ:nstəntli] [ɪn][ðə; ði]

I	have	chosen	here	as	examples	men	whose	brains	are	engaged	constantly	in	the
我	有	选定	这里	作为	示例	男人	谁	大脑	是	已订婚的	不断地	在	这

['haɪər] [fɔ:rmz][ʌv; əv]['ment(ə)l]['leɪbər] ;

higher	forms	of	mental	labor	;
更高	表格	的	精神的	劳动	;

我在这里选择的例子是那些大脑不断从事高级脑力劳动的人；

[bʌt; bət][ðə; ði] ['dɪfɪkəlti] [ʌv; əv] [ə'restɪŋ] [æt; ət] [wɪl] [ðə; ði] [ˌoʊvər'tæsk] [breɪn] [bi'lɔŋz] [mɔ:r] [ɔ:r] [les]

but	the	difficulty	of	arresting	at	will	the	overtasked	brain	belongs	more	or	less
但	这	困难	的	逮捕	在	将要	这	任务过重	脑	属于	更多的	或者	较少的

[tu:; tə] ['evri] [mæn] [hu:] [ˌəʊvə'ju:ziz] [ðɪs] ['ɔ:rgən] ,

to	every	man	who	overuses	this	organ	,
到	每一个	男人	WHO	过度使用	这	器官	,

但是，想要随意控制过度运转的大脑，几乎是每个过度使用大脑的人都会遇到的难题。

[ænd; ənd][ɪz][ðə; ði] [wel] - [noʊn] [ɪ'nɪʃ(ə)l] ['sɪmptəm] [ʌv; əv] ['nu:mərəs] ['mɔ:rbɪd] [steɪts] .

and	is	the	well	-	known	initial	symptom	of	numerous	morbid	states	.
和	是	这	出色地	-	已知	最初的	症状	的	很多的	病态的	各州	.

这是许多病症的众所周知的首发症状。

[aɪ][hæv; həv] ['ɪnstənst] [s'kɒləz] [ænd; ənd][men][ʌv; əv] ['saɪəns] ['tʃi:fli] , [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [ðeɪ] , [mɔ:r]

I	have	instanced	scholars	and	men	of	science	chiefly	,	because	they	,	more
我	有	实例	学者们	和	男人	的	科学	主要	,	因为	他们	,	更多的

[ðæn; ðən] ['ʌðər] ,

than	others	,
比	其他的	,

我主要以学者和科学家为例，因为他们比其他人更.....

[ɑ:r; ər][æpt][tu:; tə] ['stʌdi] [ðə; ði][kən'dɪʃ(ə)nz] ['ʌndər] [wɪtʃ] [ðer; ðər] ['θɪŋkɪŋ] ['ɔrgənz]['prɑ:spər][ɔ:r]['fɔ:ltər]

are	apt	to	study	the	conditions	under	which	their	thinking	organs	prosper	or	falter
是	易于	到	学习	这	状况	在下面	哪个	他们的	思维	器官	繁荣	或者	犹豫不决

[ɪn][ðer; ðər][wɜ:rk] ,

in	their	work	,
在	他们的	工作	,

他们倾向于研究在何种条件下，他们的思维器官才能在工作中发挥最佳或最差的作用。

[ænd; ənd][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][frʌm; frəm][ðem; ðəm][hæv; həv][wi:; wi][hæd; həd][ðə; ði] ['klɪrɪst] [ə'kaʊnts] [ʌv; əv]

and	because	from	them	have	we	had	the	clearest	accounts	of
和	因为	从	他们	有	我们	有	这	最清晰	账户	的

[ðɪs] [ɪm'bærəsɪŋ] [kən'dɪʃ(ə)n][ʌv; əv] [ˌɔ:tə'mætɪk] [æk'tɪvəti][ʌv; əv][ðə; ði][sə'ri:brəl] ['ɔrgənz] .

this	embarrassing	condition	of	automatic	activity	of	the	cerebral	organs	.
这	尴尬的	状况	的	自动的	活动	的	这	大脑	器官	.

因为我们从他们那里得到了关于大脑器官自动活动的这种令人尴尬的状况的最清晰的描述。

[fju:] ['θɪŋkəz] [hæv; həv] [feɪld] , [aɪ]['fænsi] , [tu:; tə] ['sʌfər] [ɪn] [ðɪs] [wei] [æt; ət][sʌm; səm][taɪm] ,

Few	thinkers	have	failed	,	I	fancy	,	to	suffer	in	this	way	at	some	time	,
很少	思想家	有	失败的	,	我	想要	,	到	遭受	在	这	方式	在	一些	时间	,

我想，很少有思想家不曾经历过这种痛苦。

[ænd; ənd][wɪð; wɪθ] ['meni] [ðə; ði] [ə'nɔɪəns] [ɪz]['oʊnli] [tu:] ['kɑ:mən] .

and	with	many	the	annoyance	is	only	too	common	.
和	和	许多	这	烦恼	是	仅有的	也	常见的	.

对很多人来说，这种烦恼实在太常见了。

[aɪ][du:][nɑ:t] [θɪŋk] [ðə; ði]['sʌbdʒekt][hæz; həz] [rɪ'si:vd] [ðə; ði] [ə'tenʃ(ə)n] [ˌaɪ 'ti:] [dɪ'zɜ:rvz] ,

I	do	not	think	the	subject	has	received	the	attention	it	deserves	,
我	做	不是	思考	这	主题	有	已收到	这	注意力	它	值得	,

我认为这个问题没有得到应有的重视。

['i:v(ə)n][frʌm; frəm] [sʌtʃ] ['θɜ:roʊ] [bɪ'li:vɝz] [ɪn] [ʌn'kɑ:nʃəs] [ˌserə'breɪʃ(ə)n][æz; əz] ['mɔ:dzli] .

even	from	such	thorough	believers	in	unconscious	cerebration	as	Maudsley	.
甚至	从	这样的	彻底	信徒	在	无意识	思考	作为	莫兹利	.

即使是像莫兹利这样彻底相信无意识思维的人也不例外。

[æz; əz] [ðɪs] [steɪt] [ʌv; əv][breɪn][ɪz]['feɪt(ə)l][tu:; tə] [sli:p] , [ænd; ənd] ['ðerfɔ:r] [tu:; tə] ['ni:dfl] [rɪ'poʊz]

As	this	state	of	brain	is	fatal	to	sleep	,	and	therefore	to	needful	repose
作为	这	状态	的	脑	是	致命的	到	睡觉	,	和	所以	到	需要	休息

[ʌv; əv][breɪn] ,

of	brain	,
的	脑	,

由于这种大脑状态不利于睡眠，因此也不利于大脑必要的休息，

['evri] ['sʌfərər] [hæz; həz][ə; eɪ] ['remədi] [wɪtʃ] [hi:; hi][faindz] [mɔ:r] [ɔ:r] [les] [ə'veɪləb(ə)l] .

every	sufferer	has	a	remedy	which	he	finds	more	or	less	available	.
每一个	患者	有	一个	补救	哪个	他	发现	更多的	或者	较少的	可用的	.

每个患者都能找到或多或少可行的治疗方法。

[ðɪs] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [kən'sɪsts] [ɪn][sʌm; səm][fɔːrm][ʌv; əv] ['efərt] [tuː; tə] [θroʊ] [ðə; ði] [θɔːts] [ɔːf][ðə; ði]

This	usually	consists	in	some	form	of	effort	to	throw	the	thoughts	off	the
这	通常	由	在	一些	形式	的	努力	到	扔	这	想法	离开	这

[træk] [ə'pɑːn] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['muːvɪŋ] .

track	upon	which	they	are	moving	.
追踪	之上	哪个	他们	是	移动	.

这通常表现为某种形式的努力，试图让思绪偏离它们正在发展的轨道。

['ɔːlmoʊst] ['evri] ['lɪtəreri] [baɪ'ɑːgrəfi] [hæz; həz][sʌm; səm] ['ɪnstəns] [ʌv; əv] [ðɪs] ['dɪfɪkəlti] ,

Almost	every	literary	biography	has	some	instance	of	this	difficulty	,
几乎	每一个	文学	传	有	一些	实例	的	这	困难	,

几乎每一部文学传记都会遇到这种难题。

[ænd; ənd][sʌm; səm][hɪnt][æz; əz][tuː; tə][ðə; ði] ['sʌ.fə.rərz] ['meθəd] [ʌv; əv] ['friːɪŋ] [hɪz; ɪz][breɪn][frʌm; frəm]

and	some	hint	as	to	the	sufferer's	method	of	freeing	his	brain	from
和	一些	暗示	作为	到	这	患者的	方法	的	释放	他的	脑	从

[ðə; ði]['despətɪzəm][ʌv; əv][ə; eɪ] ['ruːlɪŋ] [aɪ'diːə][ɔːr][ə; eɪ] [tʃeɪn] [ʌv; əv] [θɔːt] .

the	despotism	of	a	ruling	idea	or	a	chain	of	thought	.
这	专制主义	的	一个	裁决	主意	或者	一个	链	的	想法	.

并暗示了受害者如何将自己的大脑从某种统治思想或思维链的专制控制中解放出来。

['meni] ['jɪrz] [ə'goʊ][aɪ] [hɜːrd] ['mɪstər] . ['θækəri] [seɪ] [ðæt] [hiː; hi][wʌz; wəz] ['sʌmtaɪmz] ['hɔːntɪd] ,

Many	years	ago	I	heard	Mr	.	Thackeray	say	that	he	was	sometimes	haunted	,
许多	年	前	我	听到	先生	.	萨克雷	说	那	他	曾是	有时	闹鬼的	,

多年前，我曾听萨克雷先生说过，他有时会被鬼魂缠身。

[wen] [hɪz; ɪz][wɜːrk][wʌz; wəz]['oʊvər] , [baɪ][ðə; ði] ['kriːtʃərz] [hiː; hi][hɪm'self][hæd; həd] ['sʌmənd] ['ɪntuː]

when	his	work	was	over	,	by	the	creatures	he	himself	had	summoned	into
什么时候	他的	工作	曾是	超过	,	经过	这	生物	他	他自己	有	被召唤	进入

['biːɪŋ] ,

being	,
存在	,

当他的工作结束时，由他自己召唤出来的生物们.....

[ænd; ənd] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][wʌz; wəz][ə; eɪ] [gʊd] [kə'rektɪv] [tuː; tə][tɜːrn]['oʊvər][ðə; ði]['peɪdʒɪz][ʌv; əv][ə; eɪ]

and	that	it	was	a	good	corrective	to	turn	over	the	pages	of	a
和	那	它	曾是	一个	好的	矫正	到	转动	超过	这	页面	的	一个

['dɪkʃəneri] .

dictionary	.
字典	.

翻阅字典是一个很好的纠正方法。

[sɜːr]['wɔːltər] [skɔt][ɪz] [sed] [tuː; tə][hæv; həv] [bɪn] ['trʌbld] [ɪn][ə; eɪ]['sɪmələr] [weɪ] .

Sir	Walter	Scott	is	said	to	have	been	troubled	in	a	similar	way	.
先生	沃尔特	斯科特	是	说	到	有	到过	麻烦	在	一个	相似的	方式	.

据说沃尔特·斯科特爵士也曾有过类似的困扰。

[ə; eɪ] [greɪt] ['lɔɪər] , [huːm] [aɪ] ['kwestʃənd] ['leɪtli] [æz; əz][tuː; tə] [ðɪs] ['mætər] ,

A	great	lawyer	,	whom	I	questioned	lately	as	to	this	matter	,
一个	伟大的	律师	,	谁	我	被质问	最近	作为	到	这	事情	,

最近我曾就此事向一位优秀的律师咨询过。

[toʊld][ˌem 'iː] [ðæt] [hɪz; ɪz] [kjʊr] [wʌz; wəz][ə; eɪ] ['tʃæptər] [ɔːr] [tuː] [ʌv; əv][ə; eɪ]['nɑːv(ə)l] ,

told	me	that	his	cure	was	a	chapter	or	two	of	a	novel	,
讲述	我	那	他的	治愈	曾是	一个	章	或者	二	的	一个	小说	,

他告诉我他的疗法就像小说里的一两章那么长。

[wɪð; wɪθ][ə; eɪ][koʊld] [bæθ] [bɪ'fɔːr] ['goʊɪŋ][tuː; tə][bed] ; [fɔːr; fər] , [sed] [hiː; hi] , ['kweɪntli] ,

with	a	cold	bath	before	going	to	bed	;	for	,	said	he	,	quaintly	,
和	一个	寒冷的	洗澡	前	去	到	床	;	为了	,	说	他	,	古雅地	,

他古怪地说，睡前要洗个冷水澡；因为

" [juː; jʊ]['nevər] [teɪk] [aʊt][ʌv; əv][ə; eɪ][koʊld][bæθ][ðə; ði] [θɔːts] [juː; jʊ] [teɪk]['ɪntuː][ˌaɪ 'tiː] .

"	You	never	take	out	of	a	cold	bath	the	thoughts	you	take	into	it	.
"	你	绝不	拿	出去	的	一个	寒冷的	洗澡	这	想法	你	拿	进入	它	.

“你永远无法从冷水澡中带走你带进浴缸的那些想法。”

" [ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [biː; bi] ['iːzi] [tuː; tə]['mʌltɪplaɪ] [sʌtʃ] [ɪg'zæmpəlz] .

"	It	would	be	easy	to	multiply	such	examples	.
"	它	会	是	简单的	到	乘	这样的	示例	.

这样的例子不胜枚举。

['lʊkɪŋ] ['brɔːdli] [æt; ət][ðə; ði]['kwestʃən][ʌv; əv][ðə; ði] ['ɪnfluəns] [ʌv; əv] [ɪk'sesɪv] [ænd; ənd] [prə'lɔːŋd]

Looking	broadly	at	the	question	of	the	influence	of	excessive	and	prolonged
寻找	总体而言	在	这	问题	的	这	影响	的	过多的	和	延长

[juːz][ʌv; əv][ðə; ði][breɪn][ə'pɑːn][ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['nɜːrvəs] ['sɪstəm] ,

use	of	the	brain	upon	the	health	of	the	nervous	system	,
使用	的	这	脑	之上	这	健康	的	这	紧张的	系统	,

从宏观角度来看，过度和长期使用大脑对神经系统健康的影响问题，

[wiː; wi] [lɜːrn] , [fɜːrst] , [ðæt] ['keɪsɪz][ʌv; əv] [sə'riːbrəl] [ɪg'zɔːstʃən] [ɪn]['piːp(ə)l] [huː] [lɪv; laɪv] ['waɪzli] [ɑːr; ər]

we	learn	,	first	,	that	cases	of	cerebral	exhaustion	in	people	who	live	wisely	are
我们	学习	,	第一的	,	那	案例	的	大脑	疲惫	在	人们	WHO	居住	明智地	是

[rer] .

rare	.
稀有的	.

我们首先了解到，生活方式明智的人出现脑力衰竭的案例很少见。

[iːt] ['regjələrli] [ænd; ənd]['eksərsaɪz] ['friːli] ,

Eat	regularly	and	exercise	freely	,
吃	经常	和	锻炼	自由	,

规律饮食，适量运动。

[ænd; ənd][ðer; ðər][ɪz] [skers] [ə; eɪ]['lɪmɪt][tuː; tə][ðə; ði][wɜːrk][juː; jʊ] [meɪ] [get] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['θɪŋkɪŋ]

and	there	is	scarce	a	limit	to	the	work	you	may	get	out	of	the	thinking
和	那里	是	稀少	一个	限制	到	这	工作	你	可能	得到	出去	的	这	思维

['ɔrgənz] .

organs	.
器官	.

而从思考器官中能获得的工作几乎没有限制。

[bʌt; bət] [ɪf] ['ɪntuː][ðə; ði][laɪf][ʌv; əv][ə; eɪ][mæn] [huːz] ['paʊɝz] [ɑːr; ər] ['fʊli] ['tækst][wiː; wi] [brɪŋ] [ðə; ði]

But	if	into	the	life	of	a	man	whose	powers	are	fully	taxed	we	bring	the
但	如果	进入	这	生活	的	一个	男人	谁	权力	是	完全	已征税	我们	带来	这

['elɪmənts; 'eləmənts][ʌv; əv] [greɪt] [æŋ'zaɪəti][ɔːr] ['wɜːri] ,

elements	of	great	anxiety	or	worry	,
元素	的	伟大的	焦虑	或者	担心	,

但是，如果我们把巨大的焦虑或担忧带入一个精力已完全耗尽的人的生活中，

[ɔːr] [ɪk'sesɪv] [heɪst] , [ðə; ði] [hoʊl] [mə'ʃiːnəri] [bɪ'gɪnz] [æt; ət][wʌns][tuː; tə][wɜːrk] , [æz; əz][ˌaɪ 'tiː]

or	excessive	haste	,	the	whole	machinery	begins	at	once	to	work	,	as	it
或者	过多的	匆忙	,	这	所有的	机械	开始	在	一次	到	工作	,	作为	它

[wɜːr; wər] ,

were	,
是	,

或者说，如果操之过急，整个机制仿佛立刻开始运转起来。

[wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['deɪndʒərəs] [ə'maʊnt] [ʌv; əv]['frɪkʃ(ə)n] .

with	a	dangerous	amount	of	friction	.
和	一个	危险的	数量	的	摩擦	.

摩擦力过大，存在危险。

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə] [ðɪs] [sʌtʃ] ['kɑːnstənt] [fə'tiːg] [ʌv; əv]['bɑːdi][æz; əz][sʌm; səm][fɔːrmz][ʌv; əv] ['bɪznəs]

Add	**to**	**this**	**such**	**constant**	**fatigue**	**of**	**body**	**as**	**some**	**forms**	**of**	**business**
添加	到	这	这样的	持续的	疲劳	的	身体	作为	一些	表格	的	商业

[brɪŋ] [ə'baʊt] ,

bring	**about**	**,**
带来	关于	,

再加上某些工作形式带来的持续性身体疲劳，

[ænd; ənd][juː; jʊ][hæv; həv][ɔːl][ðə; ðɪ] [miːnz] ['niːdɪd] [tuː; tə]['ruːɪn][ðə; ðɪ]['mænz] ['paʊər] [ʌv; əv]['juːsf(ə)l]

and	**you**	**have**	**all**	**the**	**means**	**needed**	**to**	**ruin**	**the**	**man's**	**power**	**of**	**useful**
和	你	有	全部	这	方法	需要	到	废墟	这	男人的	力量	的	有用

['leɪbər] .

labor	**.**
劳动	.

你拥有摧毁这个人有用劳动能力所需的一切手段。

[aɪ][hæv; həv] [bɪn] ['kerf(ə)l] [hɪr] [tuː; tə] [steɪt] [ðæt] [kəm'baɪnd] [ˌoʊvər'wɜːrk][ʌv; əv][maɪnd][ænd; ənd]['bɑːdi]

I	**have**	**been**	**careful**	**here**	**to**	**state**	**that**	**combined**	**overwork**	**of**	**mind**	**and**	**body**
我	有	到过	小心	这里	到	状态	那	合并	过度劳累	的	头脑	和	身体

[ɪz] ['dʌbli] ['mɪstʃɪvəs] ,

is	**doubly**	**mischievous**	**,**
是	双倍	恶作剧	,

我在此特意指出，身心过度劳累的危害是双重的。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] ['nʌθɪŋ] [ɪz] [naʊ] [mɔːr] [ʃʊr] [ɪn][haɪ'dʒenɪkˌhaɪ'dʒiːnɪk] ['saɪəns] [ðæn; ðən] [ðæt] [ə; eɪ]['prɑːpər]

because	**nothing**	**is**	**now**	**more**	**sure**	**in**	**hygienic**	**science**	**than**	**that**	**a**	**proper**
因为	没有什么	是	现在	更多的	当然	在	卫生	科学	比	那	一个	恰当的

[ˌɔːltər'neɪʃn] [ʌv; əv] ['fɪzɪk(ə)l] [ænd; ənd]['ment(ə)l]['leɪbər][ɪz] [best] ['fɪtɪd] [tuː; tə] [ɪn'ʃʊr] [ə; eɪ] ['laɪftaɪm] [ʌv; əv]

alternation	**of**	**physical**	**and**	**mental**	**labor**	**is**	**best**	**fitted**	**to**	**insure**	**a**	**lifetime**	**of**
交替	的	身体的	和	精神的	劳动	是	最好的	适配	到	保证	一个	寿命	的

['hoʊlsəm] [ænd; ənd] ['vɪgərəs] [ˌɪntə'lektʃuəl] [ɪg'zɜːrʃn] .

wholesome	**and**	**vigorous**	**intellectual**	**exertion**	**.**
健康	和	蓬勃	知识分子	用力	.

因为在卫生科学中，没有什么比体力劳动和脑力劳动适当交替更能保证一生健康而充满活力的智力活动了。

[ðɪs] [ɪz] ['prɑːbəbli] [duː] [tuː; tə] ['sevrəl] ['kɔːzɪz] ,

This	**is**	**probably**	**due**	**to**	**several**	**causes**	**,**
这	是	大概	到期的	到	一些	原因	,

这可能是由多种原因造成的，

[bʌt; bət] ['prɪnsəpli] [tuː; tə][ðə; ðɪ][fækt] [ðæt] ['dʊrɪŋ] ['æktɪv] [ɪg'zɜːrʃn] [ʌv; əv][ðə; ðɪ]['bɑːdi][ðə; ðɪ][breɪn]

but	**principally**	**to**	**the**	**fact**	**that**	**during**	**active**	**exertion**	**of**	**the**	**body**	**the**	**brain**
但	主要	到	这	事实	那	期间	积极的	用力	的	这	身体	这	脑

['kænɑːt][biː; bi] [ɪm'plɔɪd] [ɪn'tensli] ,

cannot	**be**	**employed**	**intensely**	**,**
不能	是	受雇	强烈地	,

但主要原因在于，在身体积极活动时，大脑无法集中精力运转。

[ænd; ənd] ['ðerfɔːr] [hæz; həz] [sɪ'kjʊrd] [tuː; tə][ˌaɪ 'tiː][ə; eɪ] [steɪt] [ʌv; əv] [rɪ'poʊz] [wɪtʃ] ['iːv(ə)n] [sliːp] [ɪz]

and	**therefore**	**has**	**secured**	**to**	**it**	**a**	**state**	**of**	**repose**	**which**	**even**	**sleep**	**is**
和	所以	有	安全	到	它	一个	状态	的	休息	哪个	甚至	睡觉	是

[nɑːt]['ɔːlweɪz] ['kɑːmpɪtənt] [tuː; tə] [sə'plaɪ] .

not	**always**	**competent**	**to**	**supply**	**.**
不是	总是	胜任的	到	供应	.

因此，它获得了一种即使是睡眠也未必能提供的平静状态。

[ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ] ['tɜːrkɪʃ] ['prɑːvɜːrb] [wɪtʃ] [ə'kɜːrz] [tuː; tə][ˌem 'iː] [hɪr] , [laɪk] [moʊst]['prɑːvɜːrbz] ,

There	**is**	**a**	**Turkish**	**proverb**	**which**	**occurs**	**to**	**me**	**here**	**,**	**like**	**most**	**proverbs**	**,**
那里	是	一个	土耳其	谚语	哪个	发生	到	我	这里	,	喜欢	最多	谚语	,

这里我想到一句土耳其谚语，就像大多数谚语一样：

[mɔːr] [ɔːr] [les] [truː] : " [ˈdriːmiŋ] [goʊz] [əˈfʊt] , [bʌt; bət] [huː] [kæn; kən] [θɪŋk] [ɑːn] [ˈhɔːrsbæk] ?

more	or	less	true	:	"	Dreaming	goes	afoot	,	but	who	can	think	on	horseback	?
更多的	或者	较少的	真的	:	"	做梦	去	步行	,	但	WHO	能	思考	在	马背	?

大体上没错："梦想在路上，但谁能在马背上思考呢？"

" [pərˈhæps] , [tuː] , [ðer; ðər][ɪz] [kənˈsɜːrnd] [ə; eɪ][ˌfɪziəˈlɑːdʒɪk(ə)l] [lɔː] , [wɪtʃ] , [ðoʊ] [ˈsʌmwʌt]

"	Perhaps	,	too	,	there	is	concerned	a	physiological	law	,	which	,	though	somewhat
"	也许	,	也	,	那里	是	担心的	一个	生理	法律	,	哪个	,	尽管	有些

[mɪˈstɪriəs] ,

mysterious	,
神秘	,

"或许，这里还涉及到一条生理规律，虽然这条规律有些神秘，

[aɪ] [meɪ] [əˈgen] [hæv; həv][tuː; tə] [ˈsʌmən] [tuː; tə][maɪ][eɪd][ɪn][ðə; ði] [weɪ] [ʌv; əv][ˌekspləˈneɪʃ(ə)n] .

I	may	again	have	to	summon	to	my	aid	in	the	way	of	explanation	.
我	可能	再次	有	到	召唤	到	我的	援助	在	这	方式	的	解释	.

我可能又要寻求他人的帮助来解释清楚了。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [noʊn] [æz; əz][ðə; ði] [lɔː] [ʌv; əv][ˌtrɛvɪˈreɪnəs] , [ɪts] [dɪˈskʌvərər] , [ænd; ənd] [meɪ] [ðʌs] [biː; bi]

It	is	known	as	the	law	of	Treviranus	,	its	discoverer	,	and	may	thus	be
它	是	已知	作为	这	法律	的	特雷维拉努斯	,	它是	发现者	,	和	可能	因此	是

[ˈbriːfli] [ˈsteɪtɪd] :

briefly	stated	:
简要地	声明	:

它被称为特雷维拉努斯定律，由其发现者特雷维拉努斯提出，简而言之如下：

[iːtʃ] [ˈɔːrgən][ɪz][tuː; tə] [ˈevri] [ˈʌðər] [æz; əz][æn; ən] [ɪkˈskriːtɪŋ] [ˈɔːrgən] .

Each	organ	is	to	every	other	as	an	excreting	organ	.
每个	器官	是	到	每一个	其他	作为	一个	排泄	器官	.

每个器官与其他器官的关系都如同排泄器官一样。

[ɪn] [ˈʌðər] [wɜːrdz] , [tuː; tə] [ɪnˈʃʊr] [ˈpɜːrfɪkt] [helθ] , [ˈevri] [ˈtɪʃuː] , [boʊn] , [nɜːrv] , [ˈtendən] ,

In	other	words	,	to	insure	perfect	health	,	every	tissue	,	bone	,	nerve	,	tendon	,
在	其他	字	,	到	保证	完美的	健康	,	每一个	组织	,	骨	,	神经	,	肌腱	,

换句话说，为了确保完美健康，每一块组织、每一块骨骼、每一根神经、每一根肌腱，

[ɔːr] [ˈmʌs(ə)l] [ʃʊd; ʃəd] [teɪk] [frʌm; frəm][ðə; ði] [blʌd] [ˈsɜːrt(ə)n] [məˈtɪriəlz] [ænd; ənd] [rɪˈtɜːrn] [tuː; tə][ˌaɪ ˈtiː]

or	muscle	should	take	from	the	blood	certain	materials	and	return	to	it
或者	肌肉	应该	拿	从	这	血	肯定	材料	和	返回	到	它

[ˈsɜːrt(ə)n] [ˈʌðər] .

certain	others	.
肯定	其他的	.

或者肌肉应该从血液中吸收某些物质，并将另一些物质返回给血液。

[tuː; tə][duː] [ðɪs] [ˈevri] [ˈɔːrgən][mʌst; məst][ɔːr] [ɔːt] [tuː; tə][hæv; həv][ɪts] [ˈpɪriəd] [ʌv; əv][ækˈtɪvəti][ænd; ənd]

To	do	this	every	organ	must	or	ought	to	have	its	period	of	activity	and
到	做	这	每一个	器官	必须	或者	应该	到	有	它是	时期	的	活动	和

[ʌv; əv][rest] ,

of	rest	,
的	休息	,

为此，每个器官都必须或应该有其活动期和休息期。

[soʊ][æz; əz][tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [ˈvaɪt(ə)l] [ˈfluːɪd][ɪn][ə; eɪ][ˈprɑːpər] [steɪt] [tuː; tə] [ˈnɜːrɪʃ] [ˈevri] [ˈʌðər] [pɑːrt]

so	as	to	keep	the	vital	fluid	in	a	proper	state	to	nourish	every	other	part
所以	作为	到	保持	这	必不可少的	体液	在	一个	恰当的	状态	到	滋养	每一个	其他	部分

.

:

.

以便保持体液处于适当状态，从而滋养身体的其他各个部分。

[ðɪs] ['prɑːses] [ɪn] ['pɜːrfɪkt] [helθ] [ɪz][ə; eɪ] ['sɪstəm] [ʌv; əv]['mjuːtʃuəl] [ə'ʃʊrəns] ,

This	process	in	perfect	health	is	a	system	of	mutual	assurance	,
这	过程	在	完美的	健康	是	一个	系统	的	相互的	保证	,

在完全健康的情况下，这个过程是一个相互保障的体系。

[ænd; ənd][ɪz]['prɑːbəbli] [ɪ'senʃ(ə)l] [tuː; tə][ə; eɪ][kən'dɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ɪn'taɪər]['vɪgər][ʌv; əv][bəuθ][maɪnd]

and	is	probably	essential	to	a	condition	of	entire	vigor	of	both	mind
和	是	大概	基本的	到	一个	状况	的	全部的	活力	的	两个都	头脑

[ænd; ənd]['bɑːdi] .

and	body	.
和	身体	.

而且，这对于保持身心完全健康的状态可能至关重要。

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [lɔːŋ] [bɪn] [bi'liːvd] [ðæt] ['mælədi] [ʌv; əv][ðə; ði] ['nɜːrvəs] ['sɪstəm] [ɑːr; ər] [ɪn'kriːsɪŋ]

It	has	long	been	believed	that	maladies	of	the	nervous	system	are	increasing
它	有	长的	到过	相信	那	疾病	的	这	紧张的	系统	是	增加

['ræpɪdli][ɪn][ðə; ði] [mɔːr] ['kraʊdɪd] ['pɔːʃənz] [ʌv; əv][ðə; ði][juˈnaɪtɪd] [steɪts] ;

rapidly	in	the	more	crowded	portions	of	the	United	States	;
快速	在	这	更多的	挤	部分	的	这	团结的	各州	;

人们一直认为，在美国人口较密集的地区，神经系统疾病正在迅速增加；

[bʌt; bət][aɪ][ˌeɪ 'em][nɑːt] [ə'wer] [ðæt] ['eni][wʌn][hæz; həz] ['stʌdid] [ðə; ði] [deθ] - ['rekərdz][tuː; tə] [meɪk]

but	I	am	not	aware	that	any	one	has	studied	the	death	-	records	to	make
但	我	是	不是	意识到的	那	任何	一	有	研究	这	死亡	-	记录	到	制作

[ʃʊr] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ækjərəsi] [ʌv; əv] [ðɪs] [ə'pɪnjən] .

sure	of	the	accuracy	of	this	opinion	.
当然	的	这	准确性	的	这	观点	.

但我不知道是否有人研究过死亡记录，以确认这一观点的准确性。

[ðer; ðər][kæn; kən][biː; bi][noʊ] [daʊt] , [aɪ] [θɪŋk] ,

There	can	be	no	doubt	,	I	think	,
那里	能	是	不	怀疑	,	我	思考	,

这一点毋庸置疑，我想。

[ðæt] [ðə; ði]['pɔːlzi][ʌv; əv] ['tʃɪldrən] [bɪ'kʌmz] [mɔːr] ['friːkwənt][ɪn] ['sɪtiz] [dʒʌst][ɪn][prə'pɔːrʃ(ə)n][tuː; tə]

that	the	palsy	of	children	becomes	more	frequent	in	cities	just	in	proportion	to
那	这	麻痹	的	孩子们	变成	更多的	频繁	在	城市	只是	在	部分	到

[ðer; ðər] [groʊθ] [ɪn][ˌpɑːpju'leɪʃ(ə)n] .

their	growth	in	population	.
他们的	生长	在	人口	.

城市中儿童瘫痪的发病率与城市人口的增长成正比。

[aɪ]['menʃ(ə)n][ˌaɪ 'tiː] [hɪr] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] , [æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [dɪ'ziːz] [wɪtʃ] [dʌz] [nɑːt] [kɪl] [bʌt; bət]

I	mention	it	here	because	,	as	it	is	a	disease	which	does	not	kill	but
我	提到	它	这里	因为	,	作为	它	是	一个	疾病	哪个	做	不是	杀	但

['oʊnli] ['kriplz] ,

only	cripples	,
仅有的	残疾人	,

我在这里提到它是因为它是一种不会致命只会致残的疾病。

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz][noʊ] [pleɪs] [ɪn][ðə; ði]['mɔːrtʃueri] [teiblz] .

it	has	no	place	in	the	mortuary	tables	.
它	有	不	地方	在	这	殡仪馆	表格	.

它不应该出现在停尸台上。

[nʊ'rældʒə] [ɪz] [ə'nʌðər] ['mælədi] [wɪtʃ] [hæz; həz][noʊ]['rekɔːd; rɪ'kɔːd][ðer; ðər] , [bʌt; bət][ɪz] , [aɪ] [sə'spekt] ,

Neuralgia	is	another	malady	which	has	no	record	there	,	but	is	,	I	suspect	,
神经痛	是	其他	弊病	哪个	有	不	记录	那里	,	但	是	,	我	怀疑	,

神经痛是另一种在那里没有记录的疾病，但我怀疑它确实存在。

[ɪn'kriːsɪŋ] [æt; ət][ə; eɪ]['ræpɪd] [reɪt] [wer'evər] ['aʊər; ɑːr]['piːp(ə)l][ɑːr; ər] ['kraʊdɪd] [tə'geðər] [ɪn] [taʊnz] .

increasing	**at**	**a**	**rapid**	**rate**	**wherever**	**our**	**people**	**are**	**crowded**	**together**	**in**	**towns**	**.**
增加	在	一个	迅速的	速度	无论	我们的	人们	是	挤	一起	在	城镇	.

在人口密集的城镇地区，人口增长速度非常快。

[pər'hæps][noʊ] ['ʌðər] [fɔːrm][ʌv; əv] ['sɪknəs] [ɪz][soʊ] [ʃʊr] [æn; ən][ˌɪndɪ'keɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði] [dɪ'veləpmənt]

Perhaps	**no**	**other**	**form**	**of**	**sickness**	**is**	**so**	**sure**	**an**	**indication**	**of**	**the**	**development**
也许	不	其他	形式	的	疾病	是	所以	当然	一个	指示	的	这	发展

[ʌv; əv][ðə; ði] ['nɜːrvəs] ['temprəmənt] ,

of	**the**	**nervous**	**temperament**	**,**
的	这	紧张的	气质	,

或许没有其他疾病能像神经质那样确凿地表明神经质气质的发展。

[ɔːr] [ðæt] [kən'dɪʃ(ə)n] [ɪn] [wɪtʃ] [ðer; ðər][ɑːr; ər][bəuθ] ['fiːblnəs] [ænd; ənd] [ˌɪrɪtə'bɪlətɪ] [ʌv; əv][ðə; ði]

or	**that**	**condition**	**in**	**which**	**there**	**are**	**both**	**feebleness**	**and**	**irritability**	**of**	**the**
或者	那	状况	在	哪个	那里	是	两个都	虚弱	和	易怒	的	这

['nɜːrvəs] ['sɪstəm] .

nervous	**system**	**.**
紧张的	系统	.

或者说，神经系统既虚弱又易激惹的那种状态。

[bʌt; bət][ðə; ði][moʊst] [ʌn'kwestʃənəb(ə)l] [pruːf] [ʌv; əv][ðə; ði] [ɪn'kriːs] [ʌv; əv] ['nɜːrvəs] [dɪ'ziːz] [ɪz][tuː; tə]

But	**the**	**most**	**unquestionable**	**proof**	**of**	**the**	**increase**	**of**	**nervous**	**disease**	**is**	**to**
但	这	最多	毋庸置疑	证明	的	这	增加	的	紧张的	疾病	是	到

[biː; bi] [lʊkt] [fɔːr; fər][ɪn][ðə; ði] [deθ] [stə'tɪstɪks] [ʌv; əv] ['sɪtiz] .

be	**looked**	**for**	**in**	**the**	**death**	**statistics**	**of**	**cities**	**.**
是	看起来	为了	在	这	死亡	统计数据	的	城市	.

但要证明神经系统疾病的增加，最无可辩驳的证据莫过于城市的死亡统计数据。

[ðer; ðər] , [ɪf] ['eniwer] , [wiː; wi][ʃæl; ʃəl][faɪnd] ['evɪdəns] [ʌv; əv][ðə; ði][fækt] ,

There	**,**	**if**	**anywhere**	**,**	**we**	**shall**	**find**	**evidence**	**of**	**the**	**fact**	**,**
那里	,	如果	任何地方	,	我们	将	寻找	证据	的	这	事实	,

如果说有什么地方能证明这一点，那一定是那里。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðer; ðər][wiː; wi][faɪnd][ɪn][ɪg'zædʒəreɪtɪd] [ʃeɪps] [ɔːl][ðə; ði]['iːvəlz][aɪ][hæv; həv] [bɪn] [dɪ'faɪnɪŋ]

because	**there**	**we**	**find**	**in**	**exaggerated**	**shapes**	**all**	**the**	**evils**	**I**	**have**	**been**	**defining**
因为	那里	我们	寻找	在	夸张的	形状	全部	这	罪恶	我	有	到过	定义

.

:

.

因为在那里，我们以夸张的形式看到了我一直以来所定义的所有罪恶。

[ðə; ði] [best] [moʊd] [ʌv; əv] ['testɪŋ] [ðə; ði] ['mætər] [ɪz][tuː; tə] [teɪk] [ðə; ði] [stə'tɪstɪks] [ʌv; əv][sʌm; səm][lɑːrdʒ]

The	**best**	**mode**	**of**	**testing**	**the**	**matter**	**is**	**to**	**take**	**the**	**statistics**	**of**	**some**	**large**
这	最好的	模式	的	测试	这	事情	是	到	拿	这	统计数据	的	一些	大的

['sɪti] [wɪtʃ] [hæz; həz] [groʊn] [frʌm; frəm][ə; eɪ] ['kʌntri] [taʊn] [tuː; tə][ə; eɪ][væst] ['bɪznəs] [haɪv] [wɪ'ðɪn]

city	**which**	**has**	**grown**	**from**	**a**	**country**	**town**	**to**	**a**	**vast**	**business**	**hive**	**within**
城市	哪个	有	生长	从	一个	国家	镇	到	一个	广阔的	商业	蜂巢	之内

[ə; eɪ] ['veri] [fjuː] ['jɪrz] .

a	**very**	**few**	**years**	**.**
一个	非常	很少	年	.

检验这一问题的最佳方法是选取一些大城市的统计数据，这些城市在短短几年内就从一个乡村小镇发展成为一个庞大的商业中心。

[ʃɪ'kɑːgoʊ] [fʊl'fɪl] [ðiːz] [kən'dɪʃ(ə)nz] [prɪ'saɪsli] .

Chicago	**fulfils**	**these**	**conditions**	**precisely**	**.**
芝加哥	满足	这些	状况	恰恰	.

芝加哥完全符合这些条件。

[ɪn] - [ˌaɪ'tiː] ['nʌmbərd] - , - [soʊlz] .

In	1852	it	numbered	49	,	407	souls	.
在	-	它	编号	-	,	-	灵魂	.

1852年，该地人口为49407人。

[æt; ət][ðə; ði][kloʊz][ʌv; əv] - [ˌaɪ'tiː][hæd; həd] [riːtʃt] [tuː; tə] - , - .

At	the	close	of	1868	it	had	reached	to	252	,	054	.
在	这	关闭	的	-	它	有	达到	到	-	,	-	.

到 1868 年底，这一数字达到了 252,054。

[wɪ'ðɪn] [ðiːz] ['jɪrz] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [bɪ'kʌm] [ðə; ði] ['kiːnəst] [ænd; ənd][moʊst][waɪd] - [ə'weɪk] ['bɪznəs]

Within	these	years	it	has	become	the	keenest	and	most	wide	-	awake	business
之内	这些	年	它	有	变得	这	最热衷	和	最多	宽的	-	醒	商业

['sentər][ɪn][ə'merɪkə] .

centre	in	America	.
中心	在	美国	.

这些年来，它已成为美国最敏锐、最活跃的商业中心。

[aɪ] [oʊ] [tuː; tə][ðə; ði]['kaɪndnəs][ʌv; əv]['draɪv, 'dɑːktɝ] . [dʒeɪ] . [eɪtʃ] . ['rɔtʃ] , ['sænəteri] [ˌsuːpərɪn'tendənt]

I	owe	to	the	kindness	of	Dr	.	J	.	H	.	Rauch	,	Sanitary	Superintendent
我	欠	到	这	仁慈	的	博士	.	J	.	H	.	劳赫	,	卫生	校长

[ʌv; əv][ʃɪ'kɑːgoʊ] ,

of	Chicago	,
的	芝加哥	,

我非常感谢芝加哥卫生局局长JH Rauch博士的恩情。

['mænjuskrɪpt]['rekərdz] , [ˌhɪðər'tuː] [ʌn'pʌblɪʃt] , [ʌv; əv][ɪts] ['dɛθs] [frʌm; frəm] ['nɜːrvəs] [dɪ'ziːz] ,

manuscript	records	,	hitherto	unpublished	,	of	its	deaths	from	nervous	disease	,
手稿	记录	,	迄今为止	未发表的	,	的	它是	死亡人数	从	紧张的	疾病	,

此前未发表的手稿记录了该组织成员因神经疾病死亡的情况。

[æz; əz] [wel] [æz; əz][ðə; ði] ['steɪtmənt] [ʌv; əv] [iːtʃ] ['jɪrz] ['toʊt(ə)l][mɔːr'tælәti] ;

as	well	as	the	statement	of	each	year's	total	mortality	;
作为	出色地	作为	这	陈述	的	每个	年	全部的	死亡	;

以及每年的总死亡人数；

[soʊ] [ðæt] [aɪ][hæv; həv][ˌaɪ 'tiː][ɪn][maɪ] ['paʊər] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ði] [ɪn'kriːs] [ʌv; əv] ['dɛθs] [frʌm; frəm]

so	that	I	have	it	in	my	power	to	show	the	increase	of	deaths	from
所以	那	我	有	它	在	我的	力量	到	展示	这	增加	的	死亡人数	从

[nɜːrv] [dɪs'ɔːrdərz] ['relәtɪvli] [tuː; tə][ðə; ði]['ænjuəl] [lɔːs] [ʌv; əv][laɪf][frʌm; frəm][ɔːl] ['kɔːzɪz] .

nerve	disorders	relatively	to	the	annual	loss	of	life	from	all	causes	.
神经	疾病	相对地	到	这	年度的	损失	的	生活	从	全部	原因	.

因此，我有能力证明神经系统疾病导致的死亡人数相对于每年所有死因造成的死亡人数的增长情况。

[aɪ] [pə'zes] ['sɪmələr]['diːteɪlz][æz; əz][tuː; tə] [ˌfɪlə'delfɪr] ,

I	possess	similar	details	as	to	Philadelphia	,
我	具有	相似的	细节	作为	到	费城	,

我掌握着与费城类似的信息，

[wɪtʃ] [siːm] [tuː; tə][æd'mɪt][ʌv; əv][ðə; ði] [seɪm] [kən'klʊʒənz] [æz; əz] [ðoʊz] [drɔːn] [frʌm; frəm][ðə; ði]

which	seem	to	admit	of	the	same	conclusions	as	those	drawn	from	the
哪个	似乎	到	承认	的	这	相同的	结论	作为	那些	绘制	从	这

['fɪgjərz] [aɪ][hæv; həv] [juːst] .

figures	I	have	used	.
数据	我	有	用过的	.

这些结果似乎与我从所用数据中得出的结论相同。

[bʌt; bət] [hɪr] [ðə; ði]['iːv(ə)l][hæz; həz] [ɪn'kriːst] [mɔːr] ['sloʊli] .

But	here	the	evil	has	increased	more	slowly	.
但	这里	这	邪恶的	有	增加	更多的	缓慢地	.

但在这里，邪恶势力的增长速度要慢得多。

[let] [ˌjuː 'es] [siː] [wʌt] ['stɔːri] [ðiːz] ['fɪgjərz] [wɪl] [tel] [ˌjuː 'es][fɔːr; fər][ðə; ði] ['westərn] ['sɪti] .

Let	us	see	what	story	these	figures	will	tell	us	for	the	Western	city	.
让	我们	看	什么	故事	这些	数据	将要	告诉	我们	为了	这	西	城市	.

让我们看看这些数据会告诉我们这座西方城市怎样的故事。

[ʌn'lʌkɪli] , [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['ræðər] [draɪ] [teɪl] - ['teləz] .

Unluckily	,	they	are	rather	dry	tale	-	tellers	.
不幸的是	,	他们	是	相当	干燥	故事	-	柜员	.

不幸的是，他们讲故事的方式相当枯燥乏味。

[ðə; ði] ['ɑːnɪst] [juːz][ʌv; əv][ðə; ði]['mɔːrtʃueri] [stə'tɪstɪks] [ʌv; əv][ə; eɪ][lɑːrdʒ] [taʊn] [ɪz][noʊ] ['iːzi] ['mætər] ,

The	honest	use	of	the	mortuary	statistics	of	a	large	town	is	no	easy	matter	,
这	诚实的	使用	的	这	殡仪馆	统计数据	的	一个	大的	镇	是	不	简单的	事情	,

诚实地使用大城镇的殡葬统计数据并非易事。

[ænd; ənd][aɪ][mʌst; məst] ['ðerfɔːr] [æsk] [ðæt] [aɪ] [meɪ] [biː; bi][sə'poʊzd; sə'poʊzɪd][tuː; tə][hæv; həv]['teɪkən]

and	I	must	therefore	ask	that	I	may	be	supposed	to	have	taken
和	我	必须	所以	问	那	我	可能	是	据称	到	有	已采取

['evri] ['pɑːsəb(ə)l] [prɪ'kɔːʃn] [ɪn]['ɔːrdər][nɑːt][tuː; tə] [ɪg'zædʒəreɪt] [ðə; ði] [ri'æləti] [ʌv; əv][ə; eɪ] [greɪt] ['iːv(ə)l] .

every	possible	precaution	in	order	not	to	exaggerate	the	reality	of	a	great	evil	.
每一个	可能的	预防	在	命令	不是	到	夸大	这	现实	的	一个	伟大的	邪恶的	.

因此，我必须请求，我可以采取一切可能的预防措施，以免夸大巨大罪恶的现实。

['sɜːrt(ə)n] [dɪ'ziːzɪz] , [sʌtʃ] [æz; əz]['æpəpleksi] , ['pɔːlzi] , ['epɪlepsi] , [ˌes 'tiː] . [vɪtəs] [dæns] , [ænd; ənd]

Certain	diseases	,	such	as	apoplexy	,	palsy	,	epilepsy	,	St	.	Vitus's	dance	,	and
肯定	疾病	,	这样的	作为	中风	,	麻痹	,	癫痫	,	英石	.	维图斯的	舞蹈	,	和

['lɑːkdʒɔː] [ɔːr] ['tetnəs] ,

lockjaw	or	tetanus	,
锁颌	或者	破伤风	,

某些疾病，例如中风、麻痹、癫痫、圣维特氏舞、破伤风或破伤风，

[wiː; wi] [ɔːl] [ə'griː] [tuː; tə] [kən'sɪdər] [æz; əz] ['nɜːrvəs] ['mælədi] ; [kən'vʌlʃəŋ] ,

we	all	agree	to	consider	as	nervous	maladies	;	convulsions	,
我们	全部	同意	到	考虑	作为	紧张的	疾病	;	抽搐	,

我们都同意将抽搐视为神经系统疾病。

[ænd; ənd][ðə; ði][væst] ['nʌmbər] [ʌv; əv]['keɪsɪz] [noʊn] [ɪn][ðə; ði] [deθ] - [lɪsts][æz; əz]['drɑːpsi][ʌv; əv][ðə; ði]

and	the	vast	number	of	cases	known	in	the	death	-	lists	as	dropsy	of	the
和	这	广阔的	数字	的	案例	已知	在	这	死亡	-	列表	作为	浮肿	的	这

[breɪn] ,

brain	,
脑	,

以及死亡名单上大量被诊断为脑水肿的病例，

[ɪ'fjuːʒ(ə)n][ɑːn][ðə; ði][breɪn] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [ɑːr; ər][tuː; tə][biː; bi] [lʊkt] [ə'pɑːn][wɪð; wɪθ] [mɔːr]

effusion	on	the	brain	,	etc	.	,	are	to	be	looked	upon	with	more
渗出液	在	这	脑	,	ETC	.	,	是	到	是	看起来	之上	和	更多的

[daʊt] .

doubt	.
怀疑	.

脑积水等情况则需要更加谨慎地看待。

[ðə; ði]['fɔːrmər] , [æz; əz] ['evri] ['dɑːktər] [noʊz] , [ɑːr; ər] , [ɪn][ə; eɪ][væst][prə'pɔːrʃ(ə)n][ʌv; əv] ['instənsiz] ,

The	former	,	as	every	doctor	knows	,	are	,	in	a	vast	proportion	of	instances	,
这	以前的	,	作为	每一个	医生	知道	,	是	,	在	一个	广阔的	部分	的	实例	,

正如每位医生都知道的那样，前者在绝大多数情况下是.....

[duː] [tuː; tə][də'rekt] [dɪ'ziːz] [ʌv; əv][ðə; ði] [nɜːrv] - ['sentərz] ; [ɔːr] , [ɪf] [nɑːt][tuː; tə] [ðɪs] ,

due	to	direct	disease	of	the	nerve	-	centres	;	or	,	if	not	to	this	,
到期的	到	直接的	疾病	的	这	神经	-	中心	;	或者	,	如果	不是	到	这	,

由于神经中枢的直接疾病；或者，如果不是由于这个原因，

[ðen] [tuː; tə] [sʌtʃ] [ə; eɪ][kən'dɪʃ(ə)n][ʌv; əv] [ˌɪrɪtə'bɪləti] [ʌv; əv] [ðiːz] [pɑːrts][æz; əz] [meɪks] [ðem; ðəm] [tuː]

then	to	such	a	condition	of	irritability	of	these	parts	as	makes	them	too
然后	到	这样的	一个	状况	的	易怒	的	这些	部分	作为	制作	他们	也

['redi] [tuː; tə][ə'rɪdʒɪneɪt]['spæzəmz][ɪn] [rɪ'spɑːns] [tuː; tə] ['kɔːzɪz] [wɪtʃ] [dɪ'stɜːrb][ðə; ði] [ɪks'tremitis] [ʌv; əv]

ready	to	originate	spasms	in	response	to	causes	which	disturb	the	extremities	of
准备好	到	起源	痉挛	在	回复	到	原因	哪个	打扰	这	四肢	的

[ðə; ði] [nəːvs] ,

the	nerves	,
这	神经	,

然后，这些部位会变得极易兴奋，以至于对刺激神经末端的因素过于敏感，从而引发痉挛。

[sʌtʃ] [æz; əz] ['tiːðɪŋ] [ænd; ənd][ðə; ði][laɪk] .

such	as	teething	and	the	like	.
这样的	作为	出牙	和	这	喜欢	.

例如出牙等等。

[ðɪs] ['tendənsi] [siːmz] [tuː; tə][biː; bi] ['fɔstəd] [baɪ][ðə; ði] [er] [ænd; ənd]['hæbɪts][ʌv; əv] [greɪt] [taʊnz] ,

This	tendency	seems	to	be	fostered	by	the	air	and	habits	of	great	towns	,
这	趋势	似乎	到	是	寄养	经过	这	空气	和	习惯	的	伟大的	城镇	,

这种趋势似乎是由大城市的氛围和习惯所助长的。

[ænd; ənd][baɪ][ɔːl][ðə; ði]['eɪdʒənsiz] [wɪtʃ] [ɪn] [ðiːz] ['pleɪsɪz] [dɪ'pres] [ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv][ə; eɪ]

and	by	all	the	agencies	which	in	these	places	depress	the	health	of	a
和	经过	全部	这	机构	哪个	在	这些	地方	抑郁	这	健康	的	一个

[kə'mjuːnəti] .

community	.
社区	.

以及所有在这些地方损害社区健康的机构。

[ðə; ði] ['ʌðər] [klæs] [ʌv; əv] [dɪ'ziːzɪz] , [æz; əz]['drɑːpsi][ʌv; əv][ðə; ði][breɪn][ɔːr][ɪ'fjuːʒ(ə)n] ,

The	other	class	of	diseases	,	as	dropsy	of	the	brain	or	effusion	,
这	其他	班级	的	疾病	,	作为	浮肿	的	这	脑	或者	渗出液	,

另一类疾病，如脑水肿或脑积水，

['prɑːbəbli] [ɪn'kluːdz] [ə; eɪ] ['nʌmbər] [ʌv; əv] ['mælədi] , [duː] [sʌm; səm][ʌv; əv][ðem; ðəm][tuː; tə]['skrɔːfjʊlə] ,

probably	includes	a	number	of	maladies	,	due	some	of	them	to	scrofula	,
大概	包括	一个	数字	的	疾病	,	到期的	一些	的	他们	到	瘰	,

可能包括多种疾病，其中一些是由瘰疬引起的。

[ænd; ənd][tuː; tə][ðə; ði][ˌpriːdɪ'spoʊzɪŋ] ['kɔːzɪz] [ʌv; əv] [ðæt] [dɪ'ziːz] ; ['ʌðər] ,

and	to	the	predisposing	causes	of	that	disease	;	others	,
和	到	这	易感因素	原因	的	那	疾病	;	其他的	,

以及导致该疾病的诱发因素；其他，

[tuː; tə][ðə; ði][kaɪnd][ʌv; əv] ['ɪnfluənsiz] [wɪtʃ] [siːm] [tuː; tə]['feɪvər] [kən'vʌlsɪv] [dɪs'ɔːrdərz] .

to	the	kind	of	influences	which	seem	to	favor	convulsive	disorders	.
到	这	种类	的	影响	哪个	似乎	到	偏爱	痉挛	疾病	.

那些似乎容易诱发惊厥性疾病的因素。

[les] ['ʃʊrli] [ðæn; ðən][ðə; ði]['fɔːrmər] [klæs] [kæn; kən] [ðiːz] [biː; bi] [lʊkt] [ə'pɑːn][æz; əz] [truː] ['nɜːrvəs]

Less	surely	than	the	former	class	can	these	be	looked	upon	as	true	nervous
较少的	一定	比	这	以前的	班级	能	这些	是	看起来	之上	作为	真的	紧张的

[dɪ'ziːzɪz] ;

diseases	;
疾病	;

与前一类疾病相比，这些疾病更难被视为真正的神经系统疾病；

[soʊ] [ðæt] [ɪn] ['spiːkɪŋ] [ʌv; əv] [ðem; ðəm] [aɪ] [ˌeɪ 'em] ['kerf(ə)l] [tuː; tə] [meɪk] ['seprət] ['menʃ(ə)n] [ʌv; əv]

so	that	in	speaking	of	them	I	am	careful	to	make	separate	mention	of
所以	那	在	请讲	的	他们	我	是	小心	到	制作	分离	提到	的

[ðer; ðər] [ɪn'kriːs] ,

their	increase	,
他们的	增加	,

因此，在谈到它们时，我会特别注意单独提及它们的增长情况。

[waɪl] ['θɪŋkɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [raɪt] [ɑːn] [ðə; ðɪ] [hoʊl] [tuː; tə] [ɪn'kluːd] [ɪn] [ðə; ðɪ] ['dʒen(ə)rəl] ['sʌməri] [ʌv; əv] [ðɪs]

while	thinking	it	right	on	the	whole	to	include	in	the	general	summary	of	this
尽管	思维	它	正确的	在	这	所有的	到	包括	在	这	一般的	概括	的	这

[groʊθ] [ʌv; əv] [nɜːrv] [dɪs'ɔːrdərz] [ðɪs] ['pɑːrʃəli] ['daʊtf(ə)l] [klæs] .

growth	of	nerve	disorders	this	partially	doubtful	class	.
生长	的	神经	疾病	这	部分	疑	班级	.

虽然总体上认为将这种部分存疑的类别纳入神经疾病发展总体总结是正确的。

['teɪkɪŋ] [ðə; ðɪ] ['jɪrz] - [tuː; tə] - , [ɪn'kluːsɪv] ,

Taking	the	years	1852	to	1868	,	inclusive	,
采取	这	年	-	到	-	,	包容性	,

选取1852年至1868年（含1852年和1868年）这几年，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] [faʊnd] [ðæt] [ðə; ðɪ] [ˌpɑːpju'leɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] [ʃɪ'kɑːgoʊ] [hæz; həz] [ɪn'kriːst] [faɪv] . [wʌn] [taɪmz]

it	will	be	found	that	the	population	of	Chicago	has	increased	5	.	1	times
它	将要	是	成立	那	这	人口	的	芝加哥	有	增加	5	.	1	时代

[ænd; ənd] [ðə; ðɪ] ['dɛθs] [frʌm; frəm] [ɔːl] ['kɔːzɪz] [θriː] . ['sɛvən] [taɪmz] ;

and	the	deaths	from	all	causes	3	.	7	times	;
和	这	死亡人数	从	全部	原因	3	.	7	时代	;

调查发现，芝加哥的人口增加了 5.1 倍，各种原因造成的死亡人数增加了 3.7 倍；

[waɪl] [ðə; ðɪ] [nɜːrv] ['dɛθs] ,

while	the	nerve	deaths	,
尽管	这	神经	死亡人数	,

神经细胞死亡时，

[ɪn'kluːdɪŋ] [ðə; ðɪ] ['daʊtf(ə)l] [klæs] ['leɪbld] [ɪn] [ðə; ðɪ] [rɪ'pɔːrts] [æz; əz] ['drɑːpsi] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [breɪn] [ænd; ənd]

including	the	doubtful	class	labelled	in	the	reports	as	dropsy	of	the	brain	and
包括	这	疑	班级	标签	在	这	报告	作为	浮肿	的	这	脑	和

[kən'vʌlʃəŋ] ,

convulsions	,
抽搐	,

其中包括报告中被列为脑水肿和抽搐的疑似病例，

[hæv; həv] ['rɪzn] [tuː; tə] - . [fɔːr] [taɪmz] [wʌt] [ðeɪ] [wɜːr; wər] [ɪn] - .

have	risen	to	20	.	4	times	what	they	were	in	1852	.
有	升起	到	-	.	4	时代	什么	他们	是	在	-	.

已经上升到 1852 年的 20.4 倍。

[ðʌs] [ɪn] - , - - , [ænd; ənd] - - , ['liːvɪŋ] [aʊt] [ðə; ðɪ] ['kɑːlərə] [jɪr] - - ,

Thus	in	1852	,	'	53	,	and	'	55	,	leaving	out	the	cholera	year	'	54	,
因此	在	-	,	-	-	,	和	-	-	,	离开	出去	这	霍乱	年	-	-	,

因此，在1852年、1853年和1855年，不包括霍乱肆虐的1854年，

[ðə; ðɪ] ['dɛθs] [frʌm; frəm] [nɜːrv] [dɪs'ɔːrdərz] [wɜːr; wər] [rɪ'spektɪvli] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] [hoʊl] [ˌpɑːpju'leɪʃ(ə)n]

the	deaths	from	nerve	disorders	were	respectively	to	the	whole	population
这	死亡人数	从	神经	疾病	是	分别	到	这	所有的	人口

[æz; əz] [wʌn] [ɪn] - ,

as	1	in	1149	,
作为	1	在	-	,

神经系统疾病导致的死亡人数占总人口的比例为 1/1149，

[wʌn][ɪn] - , [ænd; ənd][wʌn][ɪn] - ; [waɪlst] [ɪn] - , - - , [ænd; ənd] - - ,
1 in 953 , and 1 in 941 ; whilst in 1866 , ' 67 , and ' 68 ,
1 在 - , 和 1 在 - ; 而 在 - , - - , 和 - - ,

953年中有1例，941年中有1例；而在1866年、1867年和1868年，

[ðeɪ] [wɜːr; wər][wʌn][ɪn] - , [wʌn][ɪn] - . ['sɛvən] , [ænd; ənd][wʌn][ɪn] - . [eɪt] .
they were 1 in 505 , 1 in 415 . 7 , and 1 in 287 . 8 .
他们 是 1 在 - , 1 在 - . 7 , 和 1 在 - . 8 .

分别为 1/505、1/415.7 和 1/287.8。

[stɪl] [əu'mitɪŋ] - , [ðə; ði] ['ævərɪdʒ] [prə'pɔːrʃ(ə)n][ʌv; əv] ['nʊrəl] ['dɛθs] [tuː; tə][ðə; ði]['toʊt(ə)l][mɔː'tæləti]
Still omitting 1854 , the average proportion of neural deaths to the total mortality
仍然 省略 - , 这 平均的 部分 的 神经 死亡人数 到 这 全部的 死亡
[wʌz; wəz] ,
was ,
曾是 ,

剔除1854年的数据后，神经系统死亡占总死亡的平均比例为：

[ɪn][ðə; ði][faɪv] ['jɪrz] [bɪ'gɪnɪŋ] [wɪð; wɪθ] - , [wʌn][ɪn] - . [wʌn] .
in the five years beginning with 1852 , 1 in 26 . 1 .
在 这 五 年 开始 和 - , 1 在 - . 1 .

从 1852 年开始的五年里，每 26.1 年就有 1 例。

[ɪn][ðə; ði][faɪv] ['lætər] ['jɪrz] ['stʌdid] - - [ðæt] [ɪz] , [frʌm; frəm] - [tuː; tə] - ,
In the five latter years studied - - that is , from 1864 to 1868 ,
在 这 五 后者 年 研究 - - 那 是 , 从 - 到 - ,

在所研究的后五年——即1864年至1868年——

[ɪn'kluːsɪv] - - [ðə; ði][prə'pɔːrʃ(ə)n][wʌz; wəz][wʌn] [nɜːrv] [deθ] [tuː; tə] ['evri] [naɪn] . [naɪn][ʌv; əv][ɔːl] ['dɛθs]
inclusive - - the proportion was 1 nerve death to every 9 . 9 of all deaths
包容性 - - 这 部分 曾是 1 神经 死亡 到 每一个 9 . 9 的 全部 死亡人数
.
:
.

包括神经死亡在内——每 9.9 例死亡中就有 1 例是神经死亡。

[aɪ][hæv; həv] [ə'l(j)uːd] [ə'bʌv] [tuː; tə][ə; eɪ] [klæs] [ʌv; əv] ['dɛθs] [ɪn'kluːdɪd][ɪn][maɪ][teiblz] ,
I have alluded above to a class of deaths included in my tables ,
我 有 暗示 多于 到 一个 班级 的 死亡人数 包括 在 我的 表格 ,

我上面已经提到过表格中包含的一类死亡情况，

[bʌt; bət] [kən'teɪnɪŋ] , [noʊ] [daʊt] , ['instənsiz] [ʌv; əv][mɔː'tæləti] [duː] [tuː; tə] ['ʌðər] ['kɔːzɪz] [ðæn; ðən]
but containing , no doubt , instances of mortality due to other causes than
但 包含 , 不 怀疑 , 实例 的 死亡 到期的 到 其他 原因 比
[dɪ'ziːz] [ʌv; əv][ðə; ði] [nɜːrv] - ['ɔrgənz] .
disease of the nerve - organs .
疾病 的 这 神经 - 器官 .

但毫无疑问，其中也包含因神经器官疾病以外的其他原因导致的死亡案例。

[ðʌs] ['meni] [wɪtʃ] [ɑːr; ər]['steɪtɪd][tuː; tə][hæv; həv] [bɪn] ['oʊɪŋ] [tuː; tə] [kən'vʌlʃən] [ɔːt] [tuː; tə][biː; bi]
Thus many which are stated to have been owing to convulsions ought to be
因此 许多 哪个 是 声明 到 有 到过 欠款 到 抽搐 应该 到 是
[pleɪst] [tuː; tə][ðə; ði]['kredɪt][ʌv; əv][tuː'bɜːrkjələr] [dɪ'ziːz] [ʌv; əv][ðə; ði][breɪn][ɔːr][tuː; tə] [hɑːrt] ['mælədi] ;
placed to the credit of tubercular disease of the brain or to heart maladies ;
放置 到 这 信用 的 结核病 疾病 的 这 脑 或者 到 心 疾病 ;

因此，许多被认为是由抽搐引起的疾病，实际上应该归咎于脑结核病或心脏疾病；

[bʌt; bət]['iːv(ə)n][ɪn][ðə; ði] ['præktɪs] [ʌv; əv]['medɪs(ə)n][ðə; ði] [dɪ'stɪŋkʃn] [æz; əz][tuː; tə] [kɔːz] ['kænɑːt]
but **even** **in** **the** **practice** **of** **medicine** **the** **distinction** **as** **to** **cause** **cannot**
但 甚至 在 这 实践 的 药品 这 区别 作为 到 原因 不能
['ɔːlweɪz][biː; bi] [meɪd] ;
always **be** **made** **;**
总是 是 制成 ;

但即使在医学实践中，也并非总能区分病因；

[ænd; ənd][æz; əz][ə; eɪ][lɑːrdʒ][prə'pɔːrʃ(ə)n][ʌv; əv] [ðɪs] [lɔːs] [ʌv; əv][laɪf][ɪz] ['riːəli] ['oʊɪŋ] [tuː; tə][breɪn]
and **as** **a** **large** **proportion** **of** **this** **loss** **of** **life** **is** **really** **owing** **to** **brain**
和 作为 一个 大的 部分 的 这 损失 的 生活 是 真的 欠款 到 脑
[ə'fekʃənz] ,
affections **,**
情感 ,

而且，其中很大一部分死亡实际上是由脑部疾病造成的，

[aɪ][hæv; həv] [θɔːt] [best][tuː; tə][ɪn'kluːd] [ðə; ði] [hoʊl] [klæs][ɪn][maɪ] ['steɪtmənt] .
I **have** **thought** **best** **to** **include** **the** **whole** **class** **in** **my** **statement** **.**
我 有 想法 最好的 到 包括 这 所有的 班级 在 我的 陈述 .

我认为最好将全班同学都纳入我的发言中。

[ə; eɪ] [glæns] [æt; ət][ðə; ði][ˌɪndɪ'vɪdʒuəl] [dɪ'ziːzɪz] [wɪtʃ] [ɑːr; ər][ɪn'duːbɪtəbli] ['nɜːrvəs] [ɪz] [mɔːr]
A **glance** **at** **the** **individual** **diseases** **which** **are** **indubitably** **nervous** **is** **more**
一个 瞥一眼 在 这 个人 疾病 哪个 是 无疑 紧张的 是 更多的
[ɪn'strʌktɪv] [ænd; ənd] [les] [pər'pleksɪŋ] .
instructive **and** **less** **perplexing** **.**
有指导意义的 和 较少的 令人费解 .

仔细观察那些毫无疑问与神经系统相关的具体疾病，会更有启发性，也更容易理解。

[fɔːr; fər][ɪg'zæmp(ə)l] , ['teɪkɪŋ] [ðə; ði] [ɪk'striːm] ['jɪrz] , [ðə; ði]['riːs(ə)nt] [ɪn'kriːs] [ɪn]['æpəpleksi][ɪz]
For **example** **,** **taking** **the** **extreme** **years** **,** **the** **recent** **increase** **in** **apoplexy** **is**
为了 例子 , 采取 这 极端 年 , 这 最近的 增加 在 中风 是
[rɪ'mɑːrkəb(ə)l] ,
remarkable **,**
卓越 ,

例如，就极端年份而言，近年来中风病例的增加非常显著。

['iːv(ə)n] [wen] [wiː; wi] [rɪ'membər] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ]['mælədi][ʌv; əv]['mɪd(ə)l][ænd; ənd]['leɪtər][laɪf] ,
even **when** **we** **remember** **that** **it** **is** **a** **malady** **of** **middle** **and** **later** **life** **,**
甚至 什么时候 我们 记住 那 它 是 一个 弊病 的 中间 和 之后 生活 ,

即使我们记住这是中老年时期常见的疾病，

[ænd; ənd] [ðæt] [ʃɪ'kɑːgoʊ] , [ə; eɪ] [nuː] ['sɪti] ,
and **that** **Chicago** **,** **a** **new** **city** **,**
和 那 芝加哥 , 一个 新的 城市 ,

还有芝加哥，一座新兴城市，

[ɪz] ['ðerfɔːr] [ɪn'taɪtld] [tuː; tə][ə; eɪ] ['jɪrli] [ɪn'kriːsɪŋ] ['kwɑːntəti][ʌv; əv] [ðɪs] [fɔːrm][ʌv; əv] [deθ] .
is **therefore** **entitled** **to** **a** **yearly** **increasing** **quantity** **of** **this** **form** **of** **death** **.**
是 所以 标题 到 一个 每年 增加 数量 的 这 形式 的 死亡 .

因此，有权每年获得递增数量的这种死亡方式。

[ɪn] - [ðə; ði] ['nʌmbər] [wʌz; wəz][eɪt] . [sɪks] [taɪmz] ['greɪtər] [ðæn; ðən][ɪn] - .
In **1868** **the** **number** **was** **8** **.** **6** **times** **greater** **than** **in** **1852** **.**
在 - 这 数字 曾是 8 . 6 时代 更大的 比 在 - .

1868 年，这个数字是 1852 年的 8.6 倍。

[kən'vʌlʃəŋ] [æz; əz][ə; eɪ] [deθ] [kɔːz] [hæd; həd][ɪn] - ['rɪzn] [tuː; tə] - [taɪmz] [æz; əz] ['meni] [æz; əz]
Convulsions as a death cause had in 1868 risen to 22 times as many as
抽搐 作为 一个 死亡 原因 有 在 - 升起 到 - 时代 作为 许多 作为
[ɪn][ðə; ði] [jɪr] - .
in the year 1852 .
在 这 年 - .

1868 年，因抽搐导致的死亡人数是 1852 年的 22 倍。

['epɪlepsi] , [wʌn][ʌv; əv][ðə; ði][moʊst] [mɑːrkt] [ʌv; əv][ɔːl] ['nɜːrvəs] ['mælədi] ,
Epilepsy , one of the most marked of all nervous maladies ,
癫痫 , 一 的 这 最多 标记 的 全部 紧张的 疾病 ,

癫痫是所有神经系统疾病中最显著的疾病之一。

[ɪz] [mɔːr] [friː] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['dɪfəkəltɪz] [wɪtʃ] [bɪ'lɔːŋ] [tuː; tə][ðə; ði][læst] - ['menʃ(ə)nd] [klæs] .
is more free from the difficulties which belong to the last - mentioned class .
是 更多的 自由的 从 这 困难 哪个 属于 到 这 最后的 - 提及 班级 .

更不容易遇到上一类人所面临的困难。

[ɪn] - [ænd; ənd] - - [ðer; ðər][wɜːr; wər][bʌt; bət] [tuː] ['dɛθs] [frʌm; frəm] [ðɪs] [dɪ'ziːz] ;
In 1852 and ' 53 there were but two deaths from this disease ;
在 - 和 - - 那里 是 但 二 死亡人数 从 这 疾病 ;

1852年和1853年，这种疾病只造成了两人死亡；

[ɪn][ðə; ði][nekst] [fɔːr] ['jɪrz] [ðer; ðər][wɜːr; wər] [nʌn] .
in the next four years there were none .
在 这 下一个 四 年 那里 是 没有任何 .

接下来的四年里，一个也没有。

[frʌm; frəm] - [tuː; tə] - - , [ɪn'kluːsɪv] , [ðer; ðər][wɜːr; wər][ɪn][ɔːl][sɪks][ˌepɪ'leptɪk] ['dɛθs] :
From 1858 to ' 64 , inclusive , there were in all 6 epileptic deaths :
从 - 到 - - , 包容性 , 那里 是 在 全部 6 癫痫 死亡人数 :

从1858年到1864年（含1858年和1864年），共有6例癫痫死亡病例：

[ðen] [wiː; wi][hæv; həv][ɪn][ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ] ['jɪrz] , [faɪv] , [θriː] , - ;
then we have in the following years , 5 , 3 , 11 ;
然后 我们 有 在 这 下列的 年 , 5 , 3 , - ;

接下来的几年分别是 5、3、11；

[ænd; ənd][ɪn] - [ðə; ði] ['nʌmbər] [hæd; həd] [ɪn'kriːst] [tuː; tə] - .
and in 1868 the number had increased to 17 .
和 在 - 这 数字 有 增加 到 - .

到 1868 年，这个数字增加到了 17。

['pæsɪŋ] ['oʊvər]['pɔːlzi] , [wɪtʃ] , [laɪk]['æpəpleksi] , [ɪn'kriːsɪz] [ɪn] - , - - [eɪt] . [sɪks][taɪmz][æz; əz]
Passing over palsy , which , like apoplexy , increases in 1868 , - - 8 . 6 times as
通过 超过 麻痹 , 哪个 , 喜欢 中风 , 增加 在 - , - - 8 . 6 时代 作为
[kəm'perd] [wɪð; wɪθ] - ;
compared with 1852 ;
比较的 和 - ;

略过麻痹症，这种疾病与中风一样，在 1868 年增加了 8.6 倍，而 1852 年的病例数则增加了 8.6 倍；

[ænd; ənd] - [taɪmz] [æz; əz] [kəm'perd] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [fɔːr] ['jɪrz] ['fɑːloʊɪŋ] - , - - [wiː; wi] [kʌm]
and 26 times as compared with the four years following 1852 , - - we come
和 - 时代 作为 比较的 和 这 四 年 下列的 - , - - 我们 来
[tuː; tə]['lɑːkdʒɔː] ,
to lockjaw ,
到 锁颌 ,

与 1852 年之后的四年相比，数量增加了 26 倍——我们来到了牙关紧闭的境地。

[æn; ən] [ˌʌnmɪ'steɪkəbl] [nɜːrv] ['mælədi] .
an unmistakable nerve malady .
一个 毋庸置疑 神经 弊病 .

一种典型的神经系统疾病。

[sɪks] ['jɪrz] [aʊt][ʌv; əv][ðə; ði][fɜːrst][ɪ'lev(ə)n] [gɪv] [ˌjuː 'es][noʊ] [deθ] [frʌm; frəm] [ðɪs] ['peɪnf(ə)l] [dɪ'ziːz] ;

Six	years	out	of	the	first	eleven	give	us	no	death	from	this	painful	disease	;
六	年	出去	的	这	第一的	十一	给	我们	不	死亡	从	这	痛苦	疾病	;

在最初的十一年中，有六年我们不会死于这种痛苦的疾病；

[ðə; ði] ['ʌðər] , [ʌp][tuː; tə] - , ['ɔːfər] [iːtʃ] [wʌn]['oʊnli] , [ænd; ənd][ðə; ði][læst] - ['menʃ(ə)nd] [jɪr]

the	others	,	up	to	1864	,	offer	each	one	only	,	and	the	last	-	mentioned	year
这	其他的	,	向上	到	-	,	提供	每个	一	仅有的	,	和	这	最后的	-	提及	年

[hæz; həz][bʌt; bət] [tuː] .

has	but	two	.
有	但	二	.

直到 1864 年，其他年份都只有一种选择，而最后提到的年份只有两种选择。

[ðen] [ðə; ði] ['nʌmbər] ['raɪzɪz][tuː; tə][θriː] [iːtʃ] [jɪr] , [tuː; tə][faɪv][ɪn] - , [ænd; ənd][tuː; tə] - [ɪn] - .

Then	the	number	rises	to	3	each	year	,	to	5	in	1867	,	and	to	12	in	1868	.
然后	这	数字	上升	到	3	每个	年	,	到	5	在	-	,	和	到	-	在	-	.

然后，这个数字逐年上升到 3，1867 年上升到 5，1868 年上升到 12。

[æt; ət][fɜːrst] [saɪt] , [ðɪs] ['rekɔːd; rɪ'kɔːd][ʌv; əv][mɔːr'tæləti][frʌm; frəm]['lɑːkdʒɔː] [wʊd] [siːm] [tuː; tə][biː; bi]

At	first	sight	,	this	record	of	mortality	from	lockjaw	would	seem	to	be
在	第一的	视线	,	这	记录	的	死亡	从	锁颌	会	似乎	到	是

[kən'kluːsɪv] ,

conclusive	,
确凿	,

乍一看，这份关于破伤风死亡率的记录似乎是确凿无疑的。

[jet] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][pər'hæps] , [ʌv; əv][ɔːl][ðə; ði] ['mælədi] ['menʃ(ə)nd] ,

yet	it	is	perhaps	,	of	all	the	maladies	mentioned	,
然而	它	是	也许	,	的	全部	这	疾病	提及	,

然而，在所有提到的疾病中，或许最严重的是……

[ðə; ði][moʊst] [dɪ'septɪv] [æz; əz][ə; eɪ] [miːnz] [ʌv; əv] [dɪ'tɜːrmɪnɪŋ] [ðə; ði] [groʊθ] [ʌv; əv] ['nʊrəl] [dɪ'ziːzɪz]

the	most	deceptive	as	a	means	of	determining	the	growth	of	neural	diseases
这	最多	欺骗性的	作为	一个	方法	的	确定	这	生长	的	神经	疾病

.

:

.

最具有欺骗性的方法是确定神经系统疾病的发展情况。

[tuː; tə] [meɪk] [ðɪs] [klɪr] [tuː; tə][ðə; ði]['dʒen(ə)rəl] ['riːdər] ,

To	make	this	clear	to	the	general	reader	,
到	制作	这	清除	到	这	一般的	读者	,

为了让普通读者明白这一点，

[hiː; hi] [niːd] ['oʊnli][biː; bi][toʊld] [ðæt] ['tetnəs] [ɪz] ['nɪrli] ['ɔːlweɪz] [kɔːzd] [baɪ][mə'kænɪk(ə)l]['ɪndʒəriz] ,

he	need	only	be	told	that	tetanus	is	nearly	always	caused	by	mechanical	injuries	,
他	需要	仅有的	是	讲述	那	破伤风	是	几乎	总是	导致	经过	机械的	受伤	,

他只需要知道破伤风几乎总是由机械损伤引起的即可。

[ænd; ənd] [ðæt] [ðə; ði]['nætʃ(ə)rəl] [ɪn'kriːs] [ʌv; əv] [ðiːz] [ɪn][ə; eɪ] [pleɪs] [laɪk] [ʃɪ'kɑːgoʊ] [meɪ] [ə'kaʊnt]

and	that	the	natural	increase	of	these	in	a	place	like	Chicago	may	account
和	那	这	自然的	增加	的	这些	在	一个	地方	喜欢	芝加哥	可能	帐户

[fɔːr; fər][ə; eɪ][lɑːrdʒ][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [ɪn'kriːs] .

for	a	large	part	of	the	increase	.
为了	一个	大的	部分	的	这	增加	.

而像芝加哥这样的地方，这些因素的自然增长可能占了增长的很大一部分。

[jet] , ['teɪkɪŋ] [ðə; ði]['rekɔːd; rɪ'kɔːd][æz; əz][ə; eɪ] [hoʊl] ,

Yet	,	taking	the	record	as	a	whole	,
然而	,	采取	这	记录	作为	一个	所有的	,

然而，从整体上看，

[ænd; ənd] ['vju:ɪŋ] [ˌaɪ 'ti:]['oʊnli][wɪð; wɪθ][ə; eɪ][kɑ:m][dɪ'zaɪər][tu:; tə][get][æt; ət][ðə; ði] [tru:θ] ,

and	viewing	it	only	with	a	calm	desire	to	get	at	the	truth	,
和	观看	它	仅有的	和	一个	冷静的	欲望	到	得到	在	这	真相	,

并且只是以平静的心态去探寻真相。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][nɑ:t]['pɑ:səb(ə)l][tu:; tə][ə'vɔɪd] ['si:ɪŋ] [ðæt][ðə; ði] [groʊθ] [ʌv; əv] [nɜ:rv] ['mælədi] [hæz; həz]

it	is	not	possible	to	avoid	seeing	that	the	growth	of	nerve	maladies	has
它	是	不是	可能的	到	避免	看到	那	这	生长	的	神经	疾病	有

[bɪn] [ɪn'ɔ:rdɪnət] .

been	inordinate	.
到过	过度	.

神经系统疾病的增长速度异常之快，这是不争的事实。

[ðə; ði] ['ɪndəstri] [ænd; ənd]['enərdʒi] [wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪlt] [ðɪs] [greɪt] ['sɪti][ɑ:n][ə; eɪ] [mə'ræs] ,

The	industry	and	energy	which	have	built	this	great	city	on	a	morass	,
这	行业	和	活力	哪个	有	建造	这	伟大的	城市	在	一个	沼泽	,

正是工业和能源，才使得这座伟大的城市建立在沼泽地之上。

[ænd; ənd] [meɪd] [ˌaɪ 'ti:][ə; eɪ][væst]['sentər][ʌv; əv] [ɪn'seʃɪɪt] ['kɑ:mɜ:rs] ,

and	made	it	a	vast	centre	of	insatiate	commerce	,
和	制成	它	一个	广阔的	中心	的	馋	商业	,

并使其成为一个庞大的、永无止境的商业中心。

[ɑ:r; ər] [naʊ] [æt; ət][wɜ:rk][tu:; tə] [ˌʌndər'maɪn] [ðə; ði] ['nɜ:rvəs] ['sɪstəmz] [ʌv; əv][ɪts] ['restləs] [ænd; ənd]

are	now	at	work	to	undermine	the	nervous	systems	of	its	restless	and
是	现在	在	工作	到	破坏	这	紧张的	系统	的	它是	不安	和

['i:gər] ['pi:p(ə)l] ,

eager	people	,
渴望的	人们	,

他们现在正试图破坏其躁动不安、渴望成功的民众的神经系统。

[[fɔ:r]] [wɪð; wɪθ] [wʌt] [rɪ'zʌlt] [aɪ][hæv; həv] [hɪr] [traɪd][tu:; tə] [pɔɪnt] [aʊt] ,

[	4	]	with	what	result	I	have	here	tried	to	point	out	,
[	4	]	和	什么	结果	我	有	这里	尝试	到	观点	出去	,

[4] 我在此试图指出的结果，

['tʃi:fli] [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ˌaɪ 'ti:][ɪz][æn; ən][ˌɪlə'streɪʃ(ə)n][ɪn][ðə; ði][moʊst] ['kɑ:nsntreɪtɪd] [fɔ:rm][ʌv; əv] ['kɔ:zɪz]

chiefly	because	it	is	an	illustration	in	the	most	concentrated	form	of	causes
主要	因为	它	是	一个	插图	在	这	最多	集中	形式	的	原因

[wɪtʃ] [ɑ:r; ər][æt; ət][wɜ:rk] ['elsˌwer] [θru:'aʊt] [ðə; ði][lænd] .

which	are	at	work	elsewhere	throughout	the	land	.
哪个	是	在	工作	别处	自始至终	这	土地	.

主要原因是，它是对全国各地正在发生的各种原因最集中体现。

[ðə; ði][fækts][aɪ][hæv; həv]['gɪv(ə)n] [ɪ'stæblɪʃ] [ðə; ði] [ˌdɪsprə'pɔ:rʃənət] [ɪn'kri:s] [ɪn][wʌn] [greɪt] ['sɪti] [ʌv; əv]

The	facts	I	have	given	establish	the	disproportionate	increase	in	one	great	city	of
这	事实	我	有	给定	建立	这	不成比例的	增加	在	一	伟大的	城市	的

[ðoʊz] [dɪ'zi:zɪz] [wɪtʃ] [ɑ:r; ər] ['lɑ:rdʒli] [prə'du:st] [baɪ][ðə; ði] [streɪn] [ɑ:n][ðə; ði] ['nɜ:rvəs] ['sɪstəm]

those	diseases	which	are	largely	produced	by	the	strain	on	the	nervous	system
那些	疾病	哪个	是	很大程度上	生产	经过	这	拉紧	在	这	紧张的	系统

[rɪ'zʌltɪŋ] [frʌm; frəm][ðə; ði] [tɔɪlz] [ænd; ənd] [ˌkɑ:mpə'tɪʃənz] [ʌv; əv][ə; eɪ] [kə'mju:nəti] ['groʊɪŋ] ['ræpɪdli]

resulting	from	the	toils	and	competitions	of	a	community	growing	rapidly
结果	从	这	辛勤劳作	和	比赛	的	一个	社区	生长	快速

[ænd; ənd]['stɪmjuleɪtɪd][tu:; tə][ɪts]['ʌtmoʊst][kə'pæsəti] .

and	stimulated	to	its	utmost	capacity	.
和	刺激	到	它是	极致	容量	.

我所列举的事实表明，在一个大城市中，那些主要由快速发展且被刺激到极限的社会中的辛勤劳作和竞争给神经系统带来的压力所导致的疾病，出现了不成比例的增长。

['prɑːbəbli][ðə; ði] [seɪm] [ruːl] [wʊd] [biː; bi] [faʊnd] [tuː; tə] [ə'plai] [tuː; tə] ['ʌðər] [lɑːrdʒ] [taʊnz] ,

Probably	**the**	**same**	**rule**	**would**	**be**	**found**	**to**	**apply**	**to**	**other**	**large**	**towns**	**,**
大概	这	相同的	规则	会	是	成立	到	申请	到	其他	大的	城镇	,

这条规律可能同样适用于其他大城镇。

[bʌt; bət][aɪ][hæv; həv][nɑːt][hæd; həd][taɪm][tuː; tə] ['stʌdi] [ðə; ði] [stə'tɪstɪks] [ʌv; əv] ['eni] [ʌv; əv][ðem; ðəm]

but	**I**	**have**	**not**	**had**	**time**	**to**	**study**	**the**	**statistics**	**of**	**any**	**of**	**them**
但	我	有	不是	有	时间	到	学习	这	统计数据	的	任何	的	他们

['fʊli] ;

fully	**;**
完全	;

但我还没有时间对它们中的任何一项进行全面研究;

[ænd; ənd] , [fɔːr; fər] ['riːz(ə)nz] [ɔːl'redi] ['gɪv(ə)n] , [ʃɪ'kɑːgoʊ] [meɪ] [biː; bi]['teɪkən][æz; əz][ə; eɪ]['tɪpɪk(ə)l]

and	**,**	**for**	**reasons**	**already**	**given**	**,**	**Chicago**	**may**	**be**	**taken**	**as**	**a**	**typical**
和	,	为了	原因	已经	给定	,	芝加哥	可能	是	已采取	作为	一个	典型的

[ˌɪlə'streɪʃ(ə)n] .

illustration	**.**
插图	.

并且，基于前面提到的原因，芝加哥可以被视为一个典型的例子。

[ˌaɪ 'tiː][wɜːr; wər] ['ɪntrəstɪŋ] [tuː; tə] - [deɪ] [tuː; tə] ['kwestʃən] [ðə; ði]['leɪtər] [stə'tɪstɪks] [ʌv; əv] [ðɪs] [greɪt]

It	**were**	**interesting**	**to**	**-**	**day**	**to**	**question**	**the**	**later**	**statistics**	**of**	**this**	**great**
它	是	有趣的	到	-	天	到	问题	这	之后	统计数据	的	这	伟大的

['bɪznəs] - ['sentər] ;

business	**-**	**centre**	**;**
商业	-	中心	;

今天对这个伟大商业中心的后期统计数据进行一番探究，真是件很有趣的事;

[tuː; tə] [siː] [ɪf] [ðə; ði] ['ænsər] [wʊd] ['wiːkən] [ɔːr] [ˌriːɪn'fɔːrs] [ðə; ði] [kən'klʊʒənz] [drɔːn] [ɪn] - .

to	**see**	**if**	**the**	**answers**	**would**	**weaken**	**or**	**reinforce**	**the**	**conclusions**	**drawn**	**in**	**1871**	**.**
到	看	如果	这	答案	会	削弱	或者	加强	这	结论	绘制	在	-	.

看看这些答案是会削弱还是加强 1871 年得出的结论。

[aɪ][hæv; həv] [siːn] [ˌaɪ 'tiː] [ə'nuː] [ʌv; əv] [leɪt] [wɪð; wɪθ][ɪts][ˌpɑːpju'leɪʃ(ə)n][ʌv; əv] - , - [soʊlz] .

I	**have**	**seen**	**it**	**anew**	**of**	**late**	**with**	**its**	**population**	**of**	**700**	**,**	**000**	**souls**	**.**
我	有	已见	它	重新	的	晚的	和	它是	人口	的	-	,	-	灵魂	.

最近我又一次看到了它，那里有70万人口。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [pleɪs] [tuː; tə] - [deɪ] [tuː; tə] [ɪk'saɪt] ['wʌndər] , [ænd; ənd] ['pɪti] , [ænd; ənd] [fɪr] .

It	**is**	**a**	**place**	**to**	**-**	**day**	**to**	**excite**	**wonder**	**,**	**and**	**pity**	**,**	**and**	**fear**	**.**
它	是	一个	地方	到	-	天	到	激发	想知道	,	和	遗憾	,	和	害怕	.

如今，这里是一个能激起人们惊奇、怜悯和恐惧的地方。

[ɔːl] [ðə; ði] [taɪdz] [ʌv; əv][ɪts][laɪf] [muːv] [wɪð; wɪθ] ['bʌslɪŋ] ['swɪftnəs] .

All	**the**	**tides**	**of**	**its**	**life**	**move**	**with**	**bustling**	**swiftness**	**.**
全部	这	潮汐	的	它是	生活	移动	和	繁华	速度	.

它生命中的所有潮汐都以迅疾的节奏涌动。

['noʊwer] [els] [ɑːr; ər][ðə; ði] [striːts] [mɔːr] [fʊl] , [ænd; ənd] ['noʊwer] [els] [ɑːr; ər][ðə; ði]['feɪsɪz][soʊ]

Nowhere	**else**	**are**	**the**	**streets**	**more**	**full**	**,**	**and**	**nowhere**	**else**	**are**	**the**	**faces**	**so**
无处	别的	是	这	街道	更多的	满的	,	和	无处	别的	是	这	面孔	所以

[ɪk'spresɪv] [ʌv; əv] [priˌɑːkju'peɪʃn] ,

expressive	**of**	**preoccupation**	**,**
富有表现力的	的	专注	,

没有哪个地方的街道比这里更拥挤，也没有哪个地方的人们脸上像这里一样流露出如此专注的神情。

[ʌv; əv][æŋ'zaɪəti] , [ʌv; əv] [ɪk'saɪtmənt] .

of	**anxiety**	**,**	**of**	**excitement**	**.**
的	焦虑	,	的	激动	.

焦虑，兴奋。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['meɪkɪŋ] ['mʌni] [fæst][ænd; ənd] [ə'kjuːmjuleit] [ə; eɪ][ˌfɪziə'lɑːdʒɪk(ə)l] [det] [ʌv; əv] [wɪtʃ] [ðæt]

It	is	making	money	fast	and	accumulating	a	physiological	debt	of	which	that
它	是	制作	钱	快速地	和	累积	一个	生理	债务	的	哪个	那

['bɪtər] ['kredɪtər] ,

bitter	creditor	,
苦的	债权人	,

它快速赚钱，并积累了巨额债务，令那位心怀怨恨的债主感到痛苦。

[ðə; ði]['fjuːtʃər] , [wɪl] [wʌn] [deɪ] [dɪ'mænd] ['peɪmənt] .

the	future	,	will	one	day	demand	payment	.
这	未来	,	将要	一	天	要求	支付	.

未来终有一天会要求付出代价。

[ɪf] [aɪ][hæv; həv] [meɪd] [maɪ'self] [ˌʌndər'stʊd] ,

If	I	have	made	myself	understood	,
如果	我	有	制成	我	理解	,

如果我已经表达清楚了，

[wiː; wi][ɑːr; ər] [naʊ] [prɪ'perd] [tuː; tə] [ə'plai] [sʌm; səm][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['nɑːlɪdʒ] [tuː; tə][ðə; ði][sə'luːʃ(ə)n]

we	are	now	prepared	to	apply	some	of	our	knowledge	to	the	solution
我们	是	现在	准备	到	申请	一些	的	我们的	知识	到	这	解决方案

[ʌv; əv]['sɜːrt(ə)n] ['ɔːkwərd] ['kwestʃənz] [wɪtʃ] [fɔːrs] [ðəm'selvz] ['deɪli] [ə'pɑːn][ðə; ði] [ə'tenʃ(ə)n] [ʌv; əv]

of	certain	awkward	questions	which	force	themselves	daily	upon	the	attention	of
的	肯定	尴尬的	问题	哪个	力量	他们自己	日常的	之上	这	注意力	的

['evri] ['θɔːtf(ə)l] [ænd; ənd] [əb'zɜːrvənt] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ,

every	thoughtful	and	observant	physician	,
每一个	周到	和	观察者	医生	,

我们现在准备运用我们的一些知识来解决一些棘手的问题，这些问题每天都会迫使每一位有思想、有观察力的医生去思考。

[ænd; ənd][hæv; həv] [ðʌs] ['oʊpənd][ə; eɪ] [wei] [tuː; tə][ðə; ði] [dɪ'skʌʃ(ə)n] [ʌv; əv][ðə; ði] ['kɔːzɪz] [wɪtʃ] ,

and	have	thus	opened	a	way	to	the	discussion	of	the	causes	which	,
和	有	因此	打开	一个	方式	到	这	讨论	的	这	原因	哪个	,

从而为讨论其原因开辟了道路，

[æz; əz][aɪ] [bɪ'liːv] , [ɑːr; ər] ['diːpli] [ə'fektɪŋ] [ðə; ði]['ment(ə)l][ænd; ənd] ['fɪzɪk(ə)l] [helθ] [ʌv; əv] ['wɜːrkɪŋ]

as	I	believe	,	are	deeply	affecting	the	mental	and	physical	health	of	working
作为	我	相信	,	是	深	影响	这	精神的	和	身体的	健康	的	在职的

[ə'mɛrɪkənz] .

Americans	.
美国人	.

我认为，这些都对美国劳动者的身心健康产生了深远的影响。

[sʌm; səm][ʌv; əv] [ðiːz] [ɑːr; ər] [duː] [tuː; tə][ðə; ði][klaɪ'mætɪk][kən'dɪʃ(ə)nz] ['ʌndər] [wɪtʃ] [ɔːl][wɜːrk]

Some	of	these	are	due	to	the	climatic	conditions	under	which	all	work
一些	的	这些	是	到期的	到	这	气候	状况	在下面	哪个	全部	工作

[mʌst; məst][biː; bi] [dʌn] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] ,

must	be	done	in	this	country	,
必须	是	完毕	在	这	国家	,

其中一些原因是由于该国所有工作都必须在特定的气候条件下进行的。

[sʌm; səm][ɑːr; ər][aʊt] - [groʊθ] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr][moʊdz][ʌv; əv]['leɪbər] ,

some	are	out	-	growths	of	our	modes	of	labor	,
一些	是	出去	-	增长	的	我们的	模式	的	劳动	,

有些是我们劳动方式的产物，

[ænd; ənd][sʌm; səm][goʊ] [bæk] [tuː; tə]['soʊʃ(ə)l] ['hæbɪˌtuːd] [ænd; ənd] [dɪ'fektɪv] ['meθədz] [ʌv; əv] ['ɜːrli]

and	some	go	back	to	social	habitudes	and	defective	methods	of	early
和	一些	去	后退	到	社会的	习惯	和	有缺陷的	方法	的	早期的

[ˌedʒu'keɪʃən(ə)l] ['treɪnɪŋ] .

educational	training	.
教育	训练	.

有些问题可以追溯到社会习惯和早期教育训练的缺陷方法。

[ɪn] ['stʌdiɪŋ] [ðɪs] ['sʌbdʒekt] ,

In	studying	this	subject	,
在	学习	这	主题	,

在研究这个课题时，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɑːt] ['ænsər] [tuː; tə] [lʊk] ['oʊnli][æt; ət][ðə; ði] ['kɔːzɪz] [ʌv; əv] ['sɪknəs] [ænd; ənd] ['wiːknəs]

it	will	not	answer	to	look	only	at	the	causes	of	sickness	and	weakness
它	将要	不是	回答	到	看	仅有的	在	这	原因	的	疾病	和	弱点

[wɪtʃ] [ə'fekt] [ðə; ði] [meɪl] [seks] .

which	affect	the	male	sex	.
哪个	影响	这	男性	性别	.

仅仅关注影响男性的疾病和虚弱的原因并不能解答所有问题。

[ɪf] [ðə; ði] ['mʌðərz] [ʌv; əv][ə; eɪ]['piːp(ə)l][ɑːr; ər] ['sɪkli] [ænd; ənd] [wiːk] , [ðə; ði][sæd] [ɪn'herɪtəns] [fɔːlz]

If	the	mothers	of	a	people	are	sickly	and	weak	,	the	sad	inheritance	falls
如果	这	母亲们	的	一个	人们	是	病弱的	和	虚弱的	,	这	伤心	遗产	瀑布

[ə'pɑːn][ðer; ðər] ['ɔːfsprɪŋ] ,

upon	their	offspring	,
之上	他们的	后代	,

如果一个民族的母亲体弱多病，那么悲惨的命运就会降临到她们的后代身上。

[ænd; ənd] [ðɪs] [ɪz] [waɪ] [aɪ][mʌst; məst] [diːl] [fɜːrst] , [haʊ'evər] ['briːfli] , [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv]

and	this	is	why	I	must	deal	first	,	however	briefly	,	with	the	health	of
和	这	是	为什么	我	必须	交易	第一的	,	然而	简要地	,	和	这	健康	的

['aʊər; ɑːr]['gɝːlz] ,

our	girls	,
我们的	女孩们	,

因此，我必须首先简要地谈谈我们女孩们的健康问题。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [hɪr] , [æz; əz][ðə; ði]['dɑːktər] [wel] [noʊz] , [ðæt] [ðə; ði] ['trʌb(ə)l] [bɪ'gɪnz] .

because	it	is	here	,	as	the	doctor	well	knows	,	that	the	trouble	begins	.
因为	它	是	这里	,	作为	这	医生	出色地	知道	,	那	这	麻烦	开始	.

因为正如医生所知，麻烦就从这里开始。

[æsk] ['eni] [fɪ'zɪʃ(ə)n] [ʌv; əv][jʊr; jər] [ə'kweɪntəns] [tuː; tə][sʌm; səm][ʌp] ['θɔːtfəli] [ðə; ði] [jʌŋ] ['gɝːlz]

Ask	any	physician	of	your	acquaintance	to	sum	up	thoughtfully	the	young	girls
问	任何	医生	的	你的	熟人	到	和	向上	深思熟虑	这	年轻的	女孩们

[hiː; hi] [noʊz] ,

he	knows	,
他	知道	,

请你认识的任何一位医生认真总结一下他所认识的年轻女孩的情况。

[ænd; ənd][tuː; tə] [tel] [juː; jʊ] [haʊ] ['meni] [ɪn] [iːtʃ] [skɔːr] [ɑːr; ər][fɪt][tuː; tə][biː; bi] ['helθi] [waɪvz] [ænd; ənd]

and	to	tell	you	how	many	in	each	score	are	fit	to	be	healthy	wives	and
和	到	告诉	你	如何	许多	在	每个	分数	是	合身	到	是	健康	妻子们	和

['mʌðərz] ,

mothers	,
母亲们	,

并告诉你每个分数段中有多少人适合成为健康的妻子和母亲，

[ɔːr][ɪn][fækt][tuː; tə][biː; bi] [waɪvz] [ænd; ənd] ['mʌðərz] [æt; ət][ɔːl] .

or	in	fact	to	be	wives	and	mothers	at	all	.
或者	在	事实	到	是	妻子们	和	母亲们	在	全部	.

或者说，根本就无法成为妻子和母亲。

[aɪ][hæv; həv] [bɪn] [æskt] [ðɪs] ['kwestʃən] [maɪ'self] ['veri] ['ɔːf(ə)n] , [ænd; ənd][aɪ][hæv; həv] [hɜːrd] [ˌaɪ 'tiː]

I	have	been	asked	this	question	myself	very	often	,	and	I	have	heard	it
我	有	到过	问	这	问题	我	非常	经常	,	和	我	有	听到	它

[æskt] [ʌv; əv] ['ʌðər] .

asked	of	others	.
问	的	其他的	.

我本人经常被问到这个问题，也经常听到别人被问到这个问题。

[ðə; ði] ['ænsər] [aɪ][ˌeɪ 'em][nɑːt]['goʊɪŋ][tuː; tə] [gɪv] , ['tʃiːfli] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][aɪ][ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi] [bi'liːvd]

The	answers	I	am	not	going	to	give	,	chiefly	because	I	should	not	be	believed
这	答案	我	是	不是	去	到	给	,	主要	因为	我	应该	不是	是	相信

\- - [ə; eɪ] [ˌdɪsə'griːəb(ə)l] [pə'zɪʃ(ə)n] ,

-	-	a	disagreeable	position	,
-	-	一个	令人不快的	位置	,

我不会给出答案，主要是因为我的答案不可信——这是一个令人不快的立场。

[ɪn] [wɪtʃ] [aɪ][ʃæl; ʃəl][nɑːt] [dɪ'lɪbərətli] [pleɪs] [maɪ'self] .

in	which	I	shall	not	deliberately	place	myself	.
在	哪个	我	将	不是	故意地	地方	我	.

我不会故意让自己置身其中。

[pər'hæps][aɪ] [ɔːt] [tuː; tə][ˌeɪ diː 'diː] [ðæt] [ðə; ði][rɪ'plaɪz, riː'plaɪz][aɪ][hæv; həv] [hɜːrd] ['gɪv(ə)n][baɪ] ['ʌðər]

Perhaps	I	ought	to	add	that	the	replies	I	have	heard	given	by	others
也许	我	应该	到	添加	那	这	回复	我	有	听到	给定	经过	其他的

[wɜːr; wər] [ə'pɔːlɪŋ] .

were	appalling	.
是	令人震惊	.

或许我应该补充一点，我听到的其他人的回答令人震惊。

[nekst] ,

Next	,
下一个	,

下一个，

[aɪ][æsk][juː; jʊ][tuː; tə][noʊt] ['kerfəli] [ðə; ði] [ɪk'spreʃ(ə)n] [ænd; ənd] ['fɪgjərz] [ʌv; əv][ðə; ði] [jʌŋ] ['gɜːlz]

I	ask	you	to	note	carefully	the	expression	and	figures	of	the	young	girls
我	问	你	到	笔记	小心	这	表达	和	数据	的	这	年轻的	女孩们

[huːm] [juː; jʊ] [meɪ] [tʃæns] [tuː; tə] [miːt] [ɪn][jʊr; jər] [wɔːks] ,

whom	you	may	chance	to	meet	in	your	walks	,
谁	你	可能	机会	到	见面	在	你的	散步	,

请你仔细观察你在散步时可能遇到的年轻女孩的表情和身形。

[ɔːr] [huːm] [juː; jʊ] [meɪ] [əb'zɜːrv] [æt; ət][ə; eɪ]['kɑːnsərt][ɔːr][ɪn][ðə; ði][bɔːl] - [ruːm] .

or	whom	you	may	observe	at	a	concert	or	in	the	ball	-	room	.
或者	谁	你	可能	观察	在	一个	音乐会	或者	在	这	球	-	房间	.

或者你可能在音乐会或舞厅里看到他们。

[juː; jʊ] [wɪl] [siː] ['meni] ['veri] ['tʃɑːrmɪŋ] ['feɪsɪz] ,

You	will	see	many	very	charming	faces	,
你	将要	看	许多	非常	迷人	面孔	,

你会看到许多非常迷人的面孔，

[ðə; ði][laɪk][ʌv; əv] [wɪtʃ] [ðə; ði][wɜːrld]['kænɑːt] [mætʃ] - - ['fɪgjərz] ['sʌmwʌt] [tuː] [sper] [ʌv; əv] [fleʃ] ,

the	like	of	which	the	world	cannot	match	-	-	figures	somewhat	too	spare	of	flesh	,
这	喜欢	的	哪个	这	世界	不能	匹配	-	-	数据	有些	也	空闲的	的	肉	,

世间绝无仅有——身形略显单薄，

[ænd; ənd] , [ɪ'speʃəli] [saʊθ] [ʌv; əv] ['roʊd] ['aɪlənd] , [ə; eɪ] ['mɑ:rvələs] ['lɪtlnəs] [ʌv; əv][hænd][ænd; ənd]
and , **especially** **south** **of** **Rhode** **Island** , **a** **marvellous** **littleness** **of** **hand** **and**
和 , 尤其 南 的 罗德岛 岛 , 一个 奇妙 小 的 手 和
[fʊt] .
foot .
脚 .

尤其是在罗德岛以南，人们的手和脚都非常小巧。

[bʌt; bət] [lʊk] ['fɜ:rðər] , [ænd; ənd] [ɪ'speʃəli] [ə'mʌŋ] [nu:] ['ɪŋglənd] [jʌŋ] ['gɝ:lz] :
But **look** **further** , **and** **especially** **among** **New** **England** **young** **girls** :
但 看 更远 , 和 尤其 之中 新的 英格兰 年轻的 女孩们 :

但再往下看，尤其是在新英格兰的年轻女孩中：

[ju:; jʊ] [wɪl] [bi:; bi] [strʌk] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['sɜ:rt(ə)n] ['hɑ:rdnəs] [ʌv; əv][laɪn][ɪn][fɔ:rm][ænd; ənd] ['fi:tʃər]
you **will** **be** **struck** **with** **a** **certain** **hardness** **of** **line** **in** **form** **and** **feature**
你 将要 是 击 和 一个 肯定 硬度 的 线 在 形式 和 特征
[wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd][nɑ:t][bi:; bi] [si:n] [bɪ'twi:n] [ˌθɜ:r'ti:n] [ænd; ənd] [ˌeɪ'ti:n] ,
which **should** **not** **be** **seen** **between** **thirteen** **and** **eighteen** ,
哪个 应该 不是 是 已见 之间 十三 和 十八 ,

你会注意到，在形态和特征上，线条会变得有些生硬，而这种生硬的线条在十三岁到十八岁之间是不应该出现的。

[æt; ət] [li:st] ; [ænd; ənd] [ɪf] [ju:; jʊ][hæv; həv][æn; ən] [aɪ] [wɪtʃ] [ri'dʒɔisiz][ɪn][ðə; ði][tɪnts][ʌv; əv] [helθ] ,
at **least** ; **and** **if** **you** **have** **an** **eye** **which** **rejoices** **in** **the** **tints** **of** **health** ,
在 至少 ; 和 如果 你 有 一个 眼睛 哪个 欢欣鼓舞 在 这 色调 的 健康 ,

至少；如果你有一双能欣赏健康肤色的眼睛，

[ju:; jʊ] [wɪl] [tu:] ['ɔ:f(ə)n] [mɪs] [ðem; ðəm][ɑ:n][ðə; ði] [tʃi:ks] [wi:; wi][ɑ:r; ər] [naʊ] [soʊ] ['derɪŋli] ['krɪtɪˌsaɪz] .
you **will** **too** **often** **miss** **them** **on** **the** **cheeks** **we** **are** **now** **so** **daringly** **criticising** .
你 将要 也 经常 错过 他们 在 这 脸颊 我们 是 现在 所以 大胆地 批评 .

你常常会错过我们现在如此大胆批评的那些脸颊上的瑕疵。

[aɪ][du:][nɑ:t][wɑ:nt][tu:; tə][du:] [mɔ:r] [ðæn; ðən][ɪz] ['ni:dɪd] [ʌv; əv] [ðɪs] [ʌn'greɪʃəs] [tɔ:k] :
I **do** **not** **want** **to** **do** **more** **than** **is** **needed** **of** **this** **ungracious** **talk** :
我 做 不是 想 到 做 更多的 比 是 需要 的 这 不友善的 讲话 :

我不想在这场失礼的谈话中做任何超出必要的事情：

[sə'faɪs] [ˌaɪ 'ti:][tu:; tə] [seɪ] [ðæt] ['mʌltitju:dz] [ʌv; əv]['aʊər; ɑ:r] [jʌŋ] ['gɝ:lz][ɑ:r; ər] ['mɪrli] ['prɪti] [tu:; tə]
suffice **it** **to** **say** **that** **multitudes** **of** **our** **young** **girls** **are** **merely** **pretty** **to**
足够了 它 到 说 那 众多 的 我们的 年轻的 女孩们 是 仅仅 漂亮的 到
[lʊk] [æt; ət] ,
look **at** ,
看 在 ,

毋庸赘言，我们许多年轻女孩只是外表漂亮而已。

[ɔ:r][nɑ:t] [ðæt] ; [ðæt] [ðer; ðər] ['destəni] [ɪz][ðə; ði] [ʃɔ:l] [ænd; ənd][ðə; ði]['soʊfə] , [nʊ'rældʒə] ,
or **not** **that** ; **that** **their** **destiny** **is** **the** **shawl** **and** **the** **sofa** , **neuralgia** ,
或者 不是 那 ; 那 他们的 命运 是 这 披肩 和 这 沙发 , 神经痛 ,

或许并非如此；或许他们的命运是披肩和沙发，以及神经痛。

[wi:k] [bæks] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['verid] [fɔ:rmz][ʌv; əv] [hɪ'stɪriə] ,
weak **backs** , **and** **the** **varied** **forms** **of** **hysteria** ,
虚弱的 背部 , 和 这 多种多样 表格 的 歇斯底里 ,

背部无力，以及各种形式的歇斯底里症

- - [ðæt] [də'mestɪk] ['di:mən] [wɪtʃ] [hæz; həz] [prə'du:st] [ˌʌn'toʊld] [dɪs'kʌmfərt] [ɪn] ['meni] [ə; eɪ] ['haʊshoʊld]
- **-** **that** **domestic** **demon** **which** **has** **produced** **untold** **discomfort** **in** **many** **a** **household**
- - 那 国内的 恶魔 哪个 有 生产 不明 不适 在 许多 一个 家庭
, [ænd; ənd] ,
, **and** ,
, 和 ,

——这个给许多家庭带来难以言喻的痛苦的家庭恶魔，

[aɪ][ˌeɪ 'em]['ɔːlmoʊst] ['redi] [tuː; tə] [seɪ] , [æz; əz] [mʌtʃ] [ʌn'hæpinəs] [æz; əz][ðə; ði] ['hʌzbəndz] [dræm] .

I	am	almost	ready	to	say	,	as	much	unhappiness	as	the	husband's	dram	.
我	是	几乎	准备好	到	说	,	作为	很多	不快乐	作为	这	丈夫的	德拉姆	.

我几乎可以肯定地说，我的不快乐程度和丈夫的酒量一样多。

[maɪ] [freɪz] [meɪ] [siːm] [aʊt'reɪdʒəsli] [strɔːŋ] ,

My	phrase	may	seem	outrageously	strong	,
我的	短语	可能	似乎	令人愤慨地	强的	,

我的话可能听起来有些过激，

[bʌt; bət]['oʊnli][ðə; ði]['dɑːktər] [noʊz] [wʌt] [wʌn][ʌv; əv] [ðiːz] [self] - [meɪd] [in'vælidz][kæn; kən][duː][tuː; tə]

but	only	the	doctor	knows	what	one	of	these	self	-	made	invalids	can	do	to
但	仅有的	这	医生	知道	什么	一	的	这些	自己	-	制成	无效	能	做	到

[meɪk] [ə; eɪ] ['haʊshoʊld] ['retʃɪd] .

make	a	household	wretched	.
制作	一个	家庭	可怜	.

但只有医生才知道，这些自作自受的病人会给一个家庭带来怎样的痛苦。

['mɪsɪz] . ['^ræd^raind][ɪz] , [ɪn]['fɪkʃ(ə)n] , [ðə; ði]['oʊnli] [sək'sesf(ə)l] ['pɔːrtrət] [ʌv; əv] [ðɪs] [taɪp] [ʌv; əv] ['mɪzəri] ,

Mrs	.	Gradgrind	is	,	in	fiction	,	the	only	successful	portrait	of	this	type	of	misery	,
太太	.	格拉德格林德	是	,	在	小说	,	这	仅有的	成功的	肖像	的	这	类型	的	苦难	,

在小说中，格雷格林夫人是唯一成功刻画这种苦难的人物。

[ʌv; əv][ðə; ði]['wʊmən] [huː] [werz] [aʊt][ænd; ənd] [dis'trɔiz] [ˌdʒɛnɝ'eɪʃənz] [ʌv; əv] ['nɜːrsɪŋ] ['relətɪvz] ,

of	the	woman	who	wears	out	and	destroys	generations	of	nursing	relatives	,
的	这	女士	WHO	穿着	出去	和	摧毁	几代人	的	护理	亲属	,

[ænd; ənd] [huː] ,

and	who	,
和	WHO	,

那个让几代哺乳期亲戚精疲力竭、最终走向毁灭的女人，

[æz; əz] ['wendl] [hoʊlmz] [hæz; həz] [sed] , [ɪz] [laɪk] [ə; eɪ]['væmpaɪər] , ['sʌkɪŋ] ['sloʊli] [ðə; ði] [blʌd] [ʌv; əv]

as	Wendell	Holmes	has	said	,	is	like	a	vampire	,	sucking	slowly	the	blood	of
作为	温德尔	福尔摩斯	有	说	,	是	喜欢	一个	吸血鬼	,	吸吮	缓慢地	这	血	的

['evri] ['helθi] ,

every	healthy	,
每一个	健康	,

正如温德尔·霍姆斯所说，它就像吸血鬼一样，慢慢地吸吮着每一个健康人的血液。

['helpf(ə)l] ['kriːtʃər] [wɪ'ðɪn] [riːtʃ] [ʌv; əv][hɜːr; hər][dɪ'mændz] .

helpful	creature	within	reach	of	her	demands	.
有帮助	生物	之内	抵达	的	她	需求	.

一个乐于助人的生物，满足了她的各种要求。

[ɪf] ['eni] ['riːdər] [dauts] [maɪ] ['steɪtmənt] [æz; əz][tuː; tə][ðə; ði] ['fɪzɪk(ə)l] ['feɪljər] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['sɪti] -

If	any	reader	doubts	my	statement	as	to	the	physical	failure	of	our	city	-
如果	任何	读者	疑虑	我的	陈述	作为	到	这	身体的	失败	的	我们的	城市	-

[bred] ['wɪmɪn] [tuː; tə][fʊl'fɪl][ɔːl][ðə; ði]['nætʃ(ə)rəl] ['fʌŋkʃnz] [ʌv; əv] ['mʌðərz] ,

bred	women	to	fulfil	all	the	natural	functions	of	mothers	,
繁殖	女性	到	实现	全部	这	自然的	函数	的	母亲们	,

如果任何读者对我关于城市女性在生理上无法履行所有母亲自然职能的说法表示怀疑，

[let][hɪm; ɪm]['kɑːntræst][ðə; ði] ['paʊər] [ʌv; əv][ðə; ði]['riːs(ə)ntli] [ɪm'pɔːrtɪd] ['aɪrɪʃ] [ɔːr]['dʒɜːmənz][tuː; tə] [nɜːrs]

let	him	contrast	the	power	of	the	recently	imported	Irish	or	Germans	to	nurse
让	他	对比	这	力量	的	这	最近	进口	爱尔兰	或者	德国人	到	护士

[ðer; ðər]['beɪbiːz][ə; eɪ] [fʊl] [tɜːrm][ɔːr][lɔːŋgər] ,

their	babies	a	full	term	or	longer	,
他们的	婴儿	一个	满的	学期	或者	更长	,

让他对比一下最近从爱尔兰或德国引进的移民，他们有能力将婴儿哺乳至足月甚至更久。

[wɪð; wɪθ] [ðæt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['neɪtɪv] ['wɪmɪn] ['i:v(ə)n][ʌv; əv]['aʊər; ɑ:r][mə'kænɪk; mɪ'kænɪk] ['klæsɪz] .

with	that	of	the	native	women	even	of	our	mechanic	classes	.
和	那	的	这	本国的	女性	甚至	的	我们的	机械	课程	.

甚至与我们技工班上的当地妇女的情况一样。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['dɪfɪkəlt] [tu:; tə][get][æt; ət] [fʊl] [stə'tɪstɪks] [æz; əz][tu:; tə] [ðoʊz] [ə; eɪ] ['haɪər] ['soʊʃ(ə)l] [dɪ'gri:] ,

It	is	difficult	to	get	at	full	statistics	as	to	those	a	higher	social	degree	,
它	是	难的	到	得到	在	满的	统计数据	作为	到	那些	一个	更高	社会的	程度	,

很难获得有关社会地位较高人群的完整统计数据。

[bʌt; bət][aɪ][sə'spekt] [ðæt] [nɑ:t]['oʊvər][wʌn] - [hæf][ɑ:r; ər] ['kɑ:mpɪtənt] [tu:; tə] [nɜ:rs] [ðer; ðər] ['tʃɪldrən]

but	I	suspect	that	not	over	one	-	half	are	competent	to	nurse	their	children
但	我	怀疑	那	不是	超过	一	-	一半	是	胜任的	到	护士	他们的	孩子们

[ə; eɪ] [fʊl] [jɪr] [wɪ'ðaʊt] [ðəm'selvz] ['sʌfərɪŋ] ['greɪvli] .

a	full	year	without	themselves	suffering	gravely	.
一个	满的	年	没有	他们自己	痛苦	严重地	.

但我怀疑，能够坚持给孩子哺乳一整年而不让自己遭受严重痛苦的母亲不超过一半。

[aɪ] [ɔ:t] [tu:; tə][ˌeɪ di: 'di:] [ðæt] ['aʊər; ɑ:r] ['wɪmɪn] , [ˌʌn'laɪk] ['leɪdiz] [ə'brɔ:d] ,

I	ought	to	add	that	our	women	,	unlike	ladies	abroad	,
我	应该	到	添加	那	我们的	女性	,	与此不同	女士们	国外	,

我还应该补充一点，我们国家的女性与国外的女性不同，

[ɑ:r; ər]['ju:ʒuəli; 'ju:ʒəli] ['æŋkʃəs] [tu:; tə] [nɜ:rs] [ðer; ðər] [oʊn] ['tʃɪldrən] , [ænd; ənd] ['mɪrli] ['kænɑ:t] .

are	usually	anxious	to	nurse	their	own	children	,	and	merely	cannot	.
是	通常	焦虑的	到	护士	他们的	自己的	孩子们	,	和	仅仅	不能	.

她们通常很想亲自给孩子哺乳，但却根本做不到。

[ðə; ði] ['nu:mərəs] [ˌɑ:rtɪ'fɪʃ(ə)l]['ɪnfənt] [fu:dz] [naʊ] [fɔ:r; fər] [seɪl] ['sɪŋgjələrli] [pru:v] [ðə; ði] [tru:θ] [ʌv; əv] [ðɪs]

The	numerous	artificial	infant	foods	now	for	sale	singularly	prove	the	truth	of	this
这	很多的	人造的	婴儿	食物	现在	为了	销售	单独地	证明	这	真相	的	这

['lætər] ['steɪtmənt] .

latter	statement	.
后者	陈述	.

市面上琳琅满目的婴儿食品恰恰证明了后一种说法的真实性。

['meni] [fɪ'zɪʃnz] , [wɪð; wɪθ] [hu:m] [aɪ][hæv; həv] [tɔ:kt] [ʌv; əv] [ðɪs] ['mætər] ,

Many	physicians	,	with	whom	I	have	talked	of	this	matter	,
许多	医生	,	和	谁	我	有	谈话	的	这	事情	,

我曾与许多医生讨论过这个问题，

[bɪ'li:v] [ðæt] [aɪ][du:][nɑ:t][ˌoʊvər'steɪt][ðə; ði]['i:v(ə)l] ;

believe	that	I	do	not	overstate	the	evil	;
相信	那	我	做	不是	夸大	这	邪恶的	;

我相信我没有夸大其恶；

['ʌðər] [θɪŋk] [ðæt] [tu:] - [θɜ:rd] [meɪ] [bi:; bi] [faʊnd] [rɪ'laɪəb(ə)l][æz; əz] ['nɜ:rsɪz] ; [waɪl] [ðə; ði]['rʊrəl]

others	think	that	two	-	thirds	may	be	found	reliable	as	nurses	;	while	the	rural
其他的	思考	那	二	-	三分之一	可能	是	成立	可靠的	作为	护士	;	尽管	这	乡村的

['dɑ:ktɝz] ,

doctors	,
医生	,

另一些人则认为，三分之二的人可能适合做护士；而乡村医生们，

[hu:] [hæv; həv] [rɪ'plaɪd] [tu:; tə][maɪ] ['kwɪri:z] ,

who	have	replied	to	my	queries	,
WHO	有	回复	到	我的	查询	,

回复我询问的人，

[steɪt] [ðæt] ['oʊnli][frʌm; frəm][wʌn] - [tenθ] [tuː; tə] [θriː] - [tenθs] [ʌv; əv]['fɑːrmɝz] - [waɪvz] [ɑːr; ər]

state	that	only	from	one	-	tenth	to	three	-	tenths	of	farmers	'	wives	are
状态	那	仅有的	从	一	-	第十	到	三	-	十分之一	的	农民	-	妻子们	是

[ʌn'iːkwəl] [tuː; tə] [ðɪs] ['nætʃ(ə)rəl] [dɪ'mænd] .

unequal	to	this	natural	demand	.
不等	到	这	自然的	要求	.

声明称，只有十分之一到十分之三的农妇无法满足这种自然需求。

[ðer; ðər][ɪz] [ɪn'diːd] ['lɪt(ə)l] [daʊt] [ðæt] [ðə; ði] [mæs] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['wɪmɪn] [pə'zes] [ðæt] [pɪ'kjuːliər]

There	is	indeed	little	doubt	that	the	mass	of	our	women	possess	that	peculiar
那里	是	的确	小的	怀疑	那	这	大量的	的	我们的	女性	具有	那	奇特

['nɜːrvəs] [ˌɔːrgənə'zeɪʃ(ə)n] [wɪtʃ] [ɪz] [ə'soʊsieɪtɪd] [wɪð; wɪθ] [greɪt] [ɪkˌsaɪtə'bɪləti] ,

nervous	organization	which	is	associated	with	great	excitability	,
紧张的	组织	哪个	是	联系	和	伟大的	兴奋性	,

毫无疑问，我们绝大多数女性都拥有那种与高度兴奋性相关的特殊神经组织。

[ænd; ənd] , [ʌn'fɔːrtʃənətli] , [wɪð; wɪθ] [les] ['fɪzɪk(ə)l] ['vɪgər][ðæn; ðən][ɪz][tuː; tə][biː; bi] [faʊnd] , [fɔːr; fər]

and	,	unfortunately	,	with	less	physical	vigor	than	is	to	be	found	,	for
和	,	很遗憾	,	和	较少的	身体的	活力	比	是	到	是	成立	,	为了

[ɪg'zæmp(ə)l] ,

example	,
例子	,

而且，不幸的是，他们的体能不如其他人那样充沛，例如：

[ɪn][ðə; ði] ['stɜːrdi] ['ɪŋglɪʃ] [deɪmz] [æt; ət] [huːm] ['hɔθɔrn] [sniəd] [soʊ] ['bɪtərli] .

in	the	sturdy	English	dames	at	whom	Hawthorne	sneered	so	bitterly	.
在	这	结实的	英语	女士们	在	谁	霍桑	冷笑	所以	苦涩地	.

在霍桑曾苦涩嘲讽的那些坚强的英国贵妇身上。

[ænd; ənd] [wʌt] [ɑːr; ər][ðə; ði] ['kɔːzɪz] [tuː; tə] [wɪtʃ] [ðiːz] [pɪˌkjuːliː'ærətiːz][ɑːr; ər][tuː; tə][biː; bi][leɪd] ?

And	what	are	the	causes	to	which	these	peculiarities	are	to	be	laid	?
和	什么	是	这	原因	到	哪个	这些	特殊性	是	到	是	铺设	?

这些特殊现象是由什么原因造成的呢?

[ðer; ðər][ɑːr; ər] ['meni] [huː] [wɪl] [seɪ] [ðæt] [leɪt] ['aʊərz] , [staɪlz] [ʌv; əv] [dres] , [prə'lɔːŋd] ['dænsɪŋ] ,

There	are	many	who	will	say	that	late	hours	,	styles	of	dress	,	prolonged	dancing	,
那里	是	许多	WHO	将要	说	那	晚的	小时	,	风格	的	裙子	,	延长	跳舞	,

很多人会说，深夜作息、着装风格、长时间跳舞、

[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . , [ɑːr; ər][tuː; tə] [bleɪm] ; [waɪl] ['riːəli] , [wɪð; wɪθ] [rer] [ik'sepʃənz] ,

etc	.	,	are	to	blame	;	while	really	,	with	rare	exceptions	,
ETC	.	,	是	到	责备	;	尽管	真的	,	和	稀有的	例外情况	,

等等，都应为此负责；而实际上，除极少数例外情况外，

[ðə; ði] [njuər] ['fæʃənz] [hæv; həv] [bɪn] [mɔːr] ['helθi] [ðæn; ðən] [ðoʊz] [ðeɪ] [ˌsjuːpə'siːdid] ,

the	newer	fashions	have	been	more	healthy	than	those	they	superseded	,
这	较新的	时尚	有	到过	更多的	健康	比	那些	他们	被取代	,

新款式的服装比之前的款式更健康。

['piːp(ə)l][ɑːr; ər] ['betər] [klæd][ænd; ənd] ['betər] [wɔːmd] [ðæn; ðən]['evər] , [ænd; ənd] , [seɪv] [ɪn] [rer] ['keɪsɪz]

people	are	better	clad	and	better	warmed	than	ever	,	and	,	save	in	rare	cases
人们	是	更好的	覆膜	和	更好的	温暖	比	曾经	,	和	,	节省	在	稀有的	案例

,

,

,

人们的衣着比以往任何时候都更加考究，也更加保暖，而且，除了极少数特殊情况外，

[leɪt] ['aʊərz] [ænd; ənd] [ˌəuvərig'zəːʃən] [ɪn] [ðə; ði] [dæns] [ɑːr; ər] ['ʌtərli] [ɪn'keɪpəbl] [ʌv; əv] [ə'loʊn]

late	hours	and	overexertion	in	the	dance	are	utterly	incapable	of	alone
晚的	小时	和	过度劳累	在	这	舞蹈	是	完全地	无法	的	独自的

[ɪk'spleɪnɪŋ] [ðə; ði] ['mɪstʃɪf] .

explaining	the	mischief	.
解释	这	恶作剧	.

熬夜和过度劳累跳舞完全无法单独解释这种恶作剧。

[aɪ] [ˌeɪ 'em] [fɑːr] [mɔːr] [ɪn'klaɪnd] [tuː; tə] [bɪ'liːv] [ðæt] [klaɪ'mætɪk] [pɪˌkjuːliː'ærətiːz] [hæv; həv] [fɔːrmd] [ðə; ði]

I	am	far	more	inclined	to	believe	that	climatic	peculiarities	have	formed	the
我	是	远的	更多的	倾斜	到	相信	那	气候	特殊性	有	形成	这

['graʊndwɜːrk] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['iːv(ə)l] ,

groundwork	of	the	evil	,
基础工作	的	这	邪恶的	,

我更倾向于相信，气候异常是造成这种罪恶的根源。

[ænd; ənd] [ɪneɪbld] ['evri] [ɪn'dʒʊriəs] ['eɪdʒənsi] [tuː; tə] [prə'duːs] [æn; ən] [ɪ'fekt] [wɪtʃ] [wʊd] [nɑːt] [ɪn]

and	enabled	every	injurious	agency	to	produce	an	effect	which	would	not	in
和	已启用	每一个	有害的	机构	到	生产	一个	影响	哪个	会	不是	在

[sʌm; səm] ['ʌðər] ['kʌntriz] [biː; bi] [soʊ] [sɪ'vɪr] .

some	other	countries	be	so	severe	.
一些	其他	国家	是	所以	严重	.

并使各种有害因素得以产生在其他一些国家不会如此严重的影响。

[aɪ] [ˌeɪ 'em] [kwaɪt] [pə'sweidid] , [ɪn'diːd] ,

I	am	quite	persuaded	,	indeed	,
我	是	相当	被说服	,	的确	,

我确实深信不疑。

[ðæt] [ðə; ði] [dɪ'veləpmənt] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['nɜːrvəs] ['temprəmənt] [ɪz] [wʌn] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['meni] [reɪs] -

that	the	development	of	a	nervous	temperament	is	one	of	the	many	race	-
那	这	发展	的	一个	紧张的	气质	是	一	的	这	许多	种族	-

['tʃeɪndʒɪz] [wɪtʃ] [ɑːr; ər] ['ɔːlsoʊ] ['gɪvɪŋ] [ˌjuː 'es] ['feɪʃ(ə)l] ,

changes	which	are	also	giving	us	facial	,
变化	哪个	是	还	给予	我们	面部的	,

神经质气质的形成是众多种族变化之一，这些变化也给我们带来了面部特征的变化。

['voʊk(ə)l] , [ænd; ənd] ['ʌðər] [pɪˌkjuːliː'ærətiːz] [dɪ'raɪvd] [frʌm; frəm] [nʌn] [ʌv; əv] ['aʊər; ɑːr] [æn'sestrəl] [stɑːks] .

vocal	,	and	other	peculiarities	derived	from	none	of	our	ancestral	stocks	.
声乐	,	和	其他	特殊性	衍生的	从	没有任何	的	我们的	祖先的	股票	.

声音和其他一些特殊特征，并非源自我们的任何祖先。

[ɪf] , [æz; əz] [aɪ] [bɪ'liːv] ,

If	,	as	I	believe	,
如果	,	作为	我	相信	,

如果，正如我所相信的那样，

[ðɪs] [tʃeɪndʒ] [ʌv; əv] ['temprəmənt] [ɪn] [ə; eɪ] ['piːp(ə)l] ['kʌmɪŋ] ['lɑːrdʒli] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [fleg'mætɪk]

this	change	of	temperament	in	a	people	coming	largely	from	the	phlegmatic
这	改变	的	气质	在	一个	人们	未来	很大程度上	从	这	黏液质的

['reɪsɪz] [ɪz] [tuː; tə] [biː; bi] [siːn] [moʊst] [rɪ'mɑːrkəbli] [ɪn] [ðə; ði] [mɔːr] ['nɜːrvəs] [seks] ,

races	is	to	be	seen	most	remarkably	in	the	more	nervous	sex	,
种族	是	到	是	已见	最多	非常	在	这	更多的	紧张的	性别	,

这种性情的变化，在一个主要由冷静型人种组成的民族中，最显著地体现在比较神经质的性别身上。

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɑːt] [sər'praɪz] [ˌjuː 'es] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['fɔstəd] [baɪ] ['meni] ['kɔːzɪz] [wɪtʃ] [ɑːr; ər]

it	will	not	surprise	us	that	it	should	be	fostered	by	many	causes	which	are
它	将要	不是	惊喜	我们	那	它	应该	是	寄养	经过	许多	原因	哪个	是

['fʊli] [wɪ'ðɪn] ['aʊər; ɑːr] [oʊn] [kən'troʊl] .

fully	within	our	own	control	.
完全	之内	我们的	自己的	控制	.

很多因素都在我们自己的掌控之中，而这些因素正是促成这一现象的原因，这一点我们并不感到意外。

['gɪv(ə)n] [sʌtʃ] [ə; eɪ] ['tendənsi] , [dɪ'ziːz] [wɪl] [faɪnd][ɪn][ˌaɪ 'tiː][ə; eɪ] ['redi] [preɪ] ,

Given	**such**	**a**	**tendency**	**,**	**disease**	**will**	**find**	**in**	**it**	**a**	**ready**	**prey**	**,**
鉴于	这样的	一个	趋势	,	疾病	将要	寻找	在	它	一个	准备好	猎物	,

鉴于这种趋势，疾病就会在其中找到现成的猎物。

[wɑːnt][ʌv; əv]['eksərsaɪz] [wɪl] ['feɪtəli] [ɪn'kriːs] [ˌaɪ 'tiː] ,

want	**of**	**exercise**	**will**	**fatally**	**increase**	**it**	**,**
想	的	锻炼	将要	致命的	增加	它	,

缺乏运动会使其病情急剧恶化，甚至危及生命。

[ænd; ənd][ɔːl][ðə; ði] ['fɑːliz] [ʌv; əv] ['fæʃ(ə)n] [wɪl] [eɪd][ɪn][ðə; ði][wɜːrk][ʌv; əv]['ruːɪn] .

and	**all**	**the**	**follies**	**of**	**fashion**	**will**	**aid**	**in**	**the**	**work**	**of**	**ruin**	**.**
和	全部	这	愚行	的	时尚	将要	援助	在	这	工作	的	废墟	.

而所有时尚的愚行都将助长毁灭。

[waɪl] [ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] ['mɪstʃɪf] [laɪz][wɪð; wɪθ][klaɪ'mætɪk][kən'dɪʃ(ə)nz] [wɪtʃ] [ɑːr; ər] ['ʌtərli]

While	**a**	**part**	**of**	**the**	**mischief**	**lies**	**with**	**climatic**	**conditions**	**which**	**are**	**utterly**
尽管	一个	部分	的	这	恶作剧	谎言	和	气候	状况	哪个	是	完全地

[mɪ'stɪriəs] ,

mysterious	**,**
神秘	,

虽然部分原因在于完全神秘的气候条件，

[ðə; ði]['ɑːbstək(ə)lz][tuː; tə] ['fɪzɪk(ə)l] ['eksərsaɪz] , [ɜ'aɪzɪŋ] [frʌm; frəm] [ɪk'striːmz] [ʌv; əv]['temprətʃər; 'temprətʃʊr]

the	**obstacles**	**to**	**physical**	**exercise**	**,**	**arising**	**from**	**extremes**	**of**	**temperature**
这	障碍	到	身体的	锻炼	,	产生	从	极端情况	的	温度

,

,

,

极端温度给体育锻炼带来的障碍

['kɑːnstɪtuːt] [æt; ət] [liːst] [wʌn] ['ɑːbviəs] [kɔːz] [ʌv; əv] [ɪl] [helθ] [ə'mʌŋ] ['wɪmɪn] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['kʌntri]

constitute	**at**	**least**	**one**	**obvious**	**cause**	**of**	**ill**	**health**	**among**	**women**	**in**	**our**	**country**
构成	在	至少	一	明显的	原因	的	患病的	健康	之中	女性	在	我们的	国家

.

:

.

这至少是我国女性健康状况不佳的一个明显原因。

[ðə; ði] [greɪt] [hiːt] [ʌv; əv] ['sʌmər] , [ænd; ənd][ðə; ði] [slʌʃ] [ænd; ənd][aɪs][ʌv; əv]['wɪntər] ,

The	**great**	**heat**	**of**	**summer**	**,**	**and**	**the**	**slush**	**and**	**ice**	**of**	**winter**	**,**
这	伟大的	热	的	夏天	,	和	这	泥浆	和	冰	的	冬天	,

盛夏的酷暑，以及冬日的泥泞冰雪，

[ˌɪntər'fɪr] [wɪð; wɪθ] ['wɪmɪn] [huː] [wɪʃ] [tuː; tə] [teɪk] ['eksərsaɪz] ,

interfere	**with**	**women**	**who**	**wish**	**to**	**take**	**exercise**	**,**
干扰	和	女性	WHO	希望	到	拿	锻炼	,

干涉女性进行锻炼，

[bʌt; bət] [huːz] [ə'reɪndʒmənts] [tuː; tə][goʊ] [aʊt] - [ʌv; əv] - [dɔːz] [ɪn'vɑːlv] ['wʌndərf(ə)l] ['tʃeɪndʒɪz] [ʌv; əv]

but	**whose**	**arrangements**	**to**	**go**	**out**	**-**	**of**	**-**	**doors**	**involve**	**wonderful**	**changes**	**of**
但	谁	安排	到	去	出去	-	的	-	门	涉及	精彩的	变化	的

[dres] [ænd; ənd][æn; ən] [ə'maʊnt] [ʌv; əv][ˌprepə'reɪʃ(ə)n] [ə'pɔːlɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] ['mæskjəlɪn] ['kriːtʃər] .

dress	**and**	**an**	**amount**	**of**	**preparation**	**appalling**	**to**	**the**	**masculine**	**creature**	**.**
裙子	和	一个	数量	的	准备	令人震惊	到	这	男性	生物	.

但他们外出活动的安排却包括更换各种服装，以及对男性来说令人震惊的准备工作。

[ðə; ði] [taɪm] ['teɪkən] [fɔːr; fər] [ðə; ði] [mɔːr] ['sɪriəs] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] [ʌv; əv] ['gɝːlz] [ɪk'stendz; ek'stendz] [tuː; tə]

The	time	taken	for	the	more	serious	instruction	of	girls	extends	to
这	时间	已采取	为了	这	更多的	严肃的	操作说明	的	女孩们	扩展	到

[ðə; ði] [eɪdʒ] [ʌv; əv] [ˌnaɪn'tiːn] ,

the	age	of	nineteen	,
这	年龄	的	十九	,

对女孩进行更深入教育的时间会一直持续到十九岁。

[ænd; ənd] ['rerli] ['oʊvər] [ðɪs] .

and	rarely	over	this	.
和	很少	超过	这	.

而且很少会超过这个限。

['dʊrɪŋ] [sʌm; səm] [ʌv; əv] [ðiːz] ['jɪrz] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [ˌʌndə'gəuɪŋ] [sʌtʃ] [ɔːr'gænɪk] [dɪ'veləpmənt] [æz; əz]

During	some	of	these	years	they	are	undergoing	such	organic	development	as
期间	一些	的	这些	年	他们	是	正在经历	这样的	有机的	发展	作为

['rendərz] [ðem; ðəm] [rɪ'mɑːrkəbli] ['sensətɪv] .

renders	them	remarkably	sensitive	.
渲染	他们	非常	敏感的	.

在这些年里，它们经历了某种内在的发育过程，使得它们变得异常敏感。

[æt; ət] [ˌsev(ə)n'tiːn] [aɪ] [prɪ'zuːm] [ðæt] ['helθi] ['gɝːlz] [ɑːr; ər] [æz; əz] [wel] ['eɪb(ə)l] [tuː; tə] ['stʌdi] ,

At	seventeen	I	presume	that	healthy	girls	are	as	well	able	to	study	,
在	十七	我	怙	那	健康	女孩们	是	作为	出色地	有能力的	到	学习	,

我认为十七岁的健康女孩也完全有能力学习。

[wɪð; wɪθ] ['prɑːpər] [prɪ'kɔːʃənz] , [æz; əz] [men] ; [bʌt; bət] [bɪ'fɔːr] [ðɪs] [taɪm] [ˌoʊvər'juːs] , [ɔːr] ['iːv(ə)n] [ə; eɪ]

with	proper	precautions	,	as	men	;	but	before	this	time	overuse	,	or	even	a
和	恰当的	防范措施	,	作为	男人	;	但	前	这	时间	过度使用	,	或者	甚至	一个

['veri] ['stedi] [juːz] ,

very	steady	use	,
非常	稳定的	使用	,

只要采取适当的预防措施，就像男人一样；但在此之前过度使用，甚至非常持续地使用，

[ʌv; əv] [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [ɪn] ['meni] ['deɪndʒərəs] [tuː; tə] [helθ] [ænd; ənd] [tuː; tə] ['evri] [ˌprɑːbə'bɪləti] [ʌv; əv]

of	the	brain	is	in	many	dangerous	to	health	and	to	every	probability	of
的	这	脑	是	在	许多	危险的	到	健康	和	到	每一个	可能性	的

['fjuːtʃər] ['wʊmənli] ['juːsflnəs] .

future	womanly	usefulness	.
未来	女性	用处	.

大脑在许多方面都对健康构成危险，并且会危及女性未来发挥作用的可能性。

[ɪn] [moʊst] [ʌv; əv] ['aʊər] [ɑːr] [skuːlz] [ðə; ði] ['aʊərz] [ɑːr; ər] [tuː] ['meni] , [fɔːr; fər] [bəuθ] ['gɝːlz] [ænd; ənd] [bɔɪz]

In	most	of	our	schools	the	hours	are	too	many	,	for	both	girls	and	boys
在	最多	的	我们的	学校	这	小时	是	也	许多	,	为了	两个都	女孩们	和	男孩们

.

:

.

我们大多数学校的课时都太长了，无论对男生还是女生来说都是如此。

[frʌm; frəm] [naɪn] [ʌn'tɪl] [tuː] [ɪz] , [wɪð; wɪθ] [ˌjuː 'es] , [ðə; ði] ['kɑːmən] [skuːl] - [taɪm] [ɪn] ['praɪvət]

From	nine	until	two	is	,	with	us	,	the	common	school	-	time	in	private
从	九	直到	二	是	,	和	我们	,	这	常见的	学校	-	时间	在	私人的

['semə,neriːz] .

seminaries	.
神学院	.

在我们这里，私立神学院的正常上课时间是早上九点到下午两点。

[ðə; ði] ['juːʒuəl] ['riːses] [ɪz] ['twenti] ['mɪnɪts] [ɔːr] [hæf] [æn; ən] ['aʊər] ,

The	usual	recess	is	twenty	minutes	or	half	an	hour	,
这	通常	凹陷处	是	二十	分钟	或者	一半	一个	小时	,

通常的课间休息时间为二十分钟或半小时。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt][æz; əz][ə; eɪ] [ruːl] [fɪld] [baɪ] [ɪn'fɔːrst] ['eksərsaɪz] .

and	it	is	not	as	a	rule	filled	by	enforced	exercise	.
和	它	是	不是	作为	一个	规则	已填	经过	强制执行	锻炼	.

而且它通常不是通过强制锻炼来填补的。

[ɪn]['sɜːrt(ə)n] [skuːlz] - - [wʊd] [ˌaɪ 'tiː][wɜːr; wər] ['kɑːmən] ! - - [ten] ['mɪnɪts] - ['riːses] [ɪz]['gɪv(ə)n]['æftər]

In	certain	schools	-	-	would	it	were	common	!	-	-	ten	minutes	'	recess	is	given	after
在	肯定	学校	-	-	会	它	是	常见的	!	-	-	十	分钟	-	凹陷处	是	给定	后

['evri] ['aʊər] ;

every	hour	;
每一个	小时	;

在某些学校——要是常见就好了！——每小时结束后都会有十分钟的课间休息；

[ænd; ənd][ɪn][ðə; ði][blaɪnd][ə'saɪləm][ʌv; əv] [ˌfɪlə'delfɪr] [ðɪs] [taɪm][ɪz]['teɪkən][ʌp][baɪ] [laɪt] [dʒɪm'næstɪks]

and	in	the	Blind	Asylum	of	Philadelphia	this	time	is	taken	up	by	light	gymnastics
和	在	这	瞎的	庇护所	的	费城	这	时间	是	已采取	向上	经过	光	体操

,

,
,

而在费城盲人收容所，这段时间则用来进行轻体操训练。

[wɪtʃ] [ɑːr; ər] [ə'blɪgətɔːri] .

which	are	obligatory	.
哪个	是	强制性的	.

这些都是必修的。

[tuː; tə] [ðiːz] ['aʊərz][wiː; wi][mʌst; məst][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][taɪm] [spent] [ɪn] ['stʌdi] [aʊt][ʌv; əv] [skuːl] .

To	these	hours	we	must	add	the	time	spent	in	study	out	of	school	.
到	这些	小时	我们	必须	添加	这	时间	花费	在	学习	出去	的	学校	.

除了这些课时之外，我们还必须加上课外学习时间。

[ðɪs] , [fɔːr; fər][sʌm; səm]['riːz(ə)n] , ['nɪrli] ['ɔːlweɪz] [ik'siːdz] [ðə; ði][taɪm]['steɪtɪd][baɪ] ['tiːtʃərz] [tuː; tə]

This	,	for	some	reason	,	nearly	always	exceeds	the	time	stated	by	teachers	to
这	,	为了	一些	原因	,	几乎	总是	超过	这	时间	声明	经过	教师	到

[biː; bi] ['nesəseri] ;

be	necessary	;
是	必要的	;

不知何故，这几乎总是超过教师规定的必要时间；

[ænd; ənd][moʊst]['gɜːlz][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['kɑːmən] [skuːlz] [ænd; ənd]['nɔːrm(ə)l] [skuːlz] [bɪ'twiːn] [ðə; ði]

and	most	girls	of	our	common	schools	and	normal	schools	between	the
和	最多	女孩们	的	我们的	常见的	学校	和	普通的	学校	之间	这

['eɪdʒɪz][ʌv; əv] [ˌθɜːr'tiːn] [ænd; ənd] [ˌsev(ə)n'tiːn] [ðʌs] [ɪk'spend] [tuː] [ɔːr] [θriː] ['aʊərz] .

ages	of	thirteen	and	seventeen	thus	expend	two	or	three	hours	.
年龄	的	十三	和	十七	因此	花费	二	或者	三	小时	.

因此，我们普通学校和师范学校的大多数十三岁到十七岁的女生每天要花两到三个小时。

[dʌz] ['eni] [fɪ'zɪʃ(ə)n] [bɪ'liːv] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [gʊd] [fɔːr; fər][ə; eɪ] ['groʊɪŋ] [gɜːrl][tuː; tə][biː; bi][soʊ]

Does	any	physician	believe	that	it	is	good	for	a	growing	girl	to	be	so
做	任何	医生	相信	那	它	是	好的	为了	一个	生长	女孩	到	是	所以

['ɑːkjupaɪd]['sev(ə)n][ɔːr] [eɪt] ['aʊərz][ə; eɪ][deɪ] ?

occupied	seven	or	eight	hours	a	day	?
占领	七	或者	八	小时	一个	天	?

有哪位医生认为，让一个正在发育的女孩每天如此忙碌七八个小时是件好事吗?

[ɔːr] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [raɪt] [fɔːr; fər][hɜːr; hər][tuː; tə][juːz][hɜːr; hər][breɪnz][æz; əz] [lɔːŋ] [ə; eɪ][taɪm][æz; əz]

or	that	it	is	right	for	her	to	use	her	brains	as	long	a	time	as
或者	那	它	是	正确的	为了	她	到	使用	她	大脑	作为	长的	一个	时间	作为

[ðə; ði][mə'kænɪk; mɪ'kænɪk] [im'plɔiz] [hɪz; ɪz] ['mʌslz] ?

the	mechanic	employs	his	muscles	?
这	机械	雇佣	他的	肌肉	?

或者说，只要修理工用的是肌肉，她就应该用脑子工作?

[bʌt; bət] [ðɪs] [ɪz]['oʊnli][ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['iːv(ə)l] .

But	this	is	only	a	part	of	the	evil	.
但	这	是	仅有的	一个	部分	的	这	邪恶的	.

但这只是罪恶的一部分。

[ðə; ði] [ˌmʌltɪ'plɪsəti] [ʌv; əv] ['stʌdiz] , [ðə; ði] ['nʌmbər] [ʌv; əv] ['tiːtʃərz] ,

The	multiplicity	of	studies	,	the	number	of	teachers	,
这	多重性	的	研究	,	这	数字	的	教师	,

研究科目众多，教师人数众多，

- - [iːtʃ] ['iːgər] [tuː; tə][get][ðə; ði][moʊst][hiː; hi][kæn; kən][aʊt][ʌv; əv][hɪz; ɪz]['pjuːp(ə)l] ,

-	-	each	eager	to	get	the	most	he	can	out	of	his	pupil	,
-	-	每个	渴望的	到	得到	这	最多	他	能	出去	的	他的	瞳孔	,

——每个人都渴望从自己的学生身上榨取最大的潜力，

[ðə; ði] [siˈviə] [drɪl] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [deɪ] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['greɪtər] [ɪnˈtensəti] [ʌv; əv][ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n]

the	severer	drill	of	our	day	,	and	the	greater	intensity	of	application
这	更严重	钻头	的	我们的	天	,	和	这	更大的	强度	的	应用

[diˈmɑːndid] ,

demanded	,
要求	,

如今训练更加严苛，对训练强度的要求也更高，

[prəˈduːs] [ɪˈfekts] [ɑːn][ðə; ði] ['groʊɪŋ] [breɪn] [wɪtʃ] , [ɪn][ə; eɪ][væst]['nʌmbər] [ʌv; əv]['keɪsɪz] , [kæn; kən]

produce	effects	on	the	growing	brain	which	,	in	a	vast	number	of	cases	,	can
生产	效果	在	这	生长	脑	哪个	,	在	一个	广阔的	数字	的	案例	,	能

[biː; bi]['oʊnli] [dɪ'zæstrəs] .

be	only	disastrous	.
是	仅有的	灾难性的	.

对正在发育的大脑产生影响，在很多情况下，这些影响只会造成灾难性的后果。

[maɪ] [riˈmaːks] [əˈplai] [ʌv; əv] [kɔːrs] ['tʃiːfli] [tuː; tə]['pʌblɪk] [skuːl] [laɪf] .

My	remarks	apply	of	course	chiefly	to	public	school	life	.
我的	评论	申请	的	课程	主要	到	民众	学校	生活	.

我的言论当然主要适用于公立学校生活。

[aɪ][ˌeɪ 'em][glæd][tuː; tə] [seɪ] [ðæt] [ʌv; əv] [leɪt] [ɪn][ɔːl][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr][best] [skuːl] [steɪts] [mɔːr] [θɔːt]

I	am	glad	to	say	that	of	late	in	all	of	our	best	school	States	more	thought
我	是	高兴的	到	说	那	的	晚的	在	全部	的	我们的	最好的	学校	各州	更多的	想法

[ɪz] [naʊ] ['biːɪŋ] ['gɪv(ə)n][tuː; tə] [ðɪs] ['sʌbdʒekt] ,

is	now	being	given	to	this	subject	,
是	现在	存在	给定	到	这	主题	,

我很高兴地告诉大家，最近在我们所有最好的学校所在州，人们都开始更加重视这个问题了。

[bʌt; bət][wiː; wi][hæv; həv] [mʌtʃ] [tuː; tə][duː] [bɪ'fɔːr] [æn; ən]['iːv(ə)l] [wɪtʃ] [ɪz]['pɑːrtli][ə; eɪ] [skuːl] ['dɪfɪkəlti]

but	we	have	much	to	do	before	an	evil	which	is	partly	a	school	difficulty
但	我们	有	很多	到	做	前	一个	邪恶的	哪个	是	部分	一个	学校	困难

[ænd; ənd]['pɑːrtli][ə; eɪ][hoʊm] ['dɪfɪkəlti] [ʃæl; ʃəl][hæv; həv] [bɪn] ['fʊli] [prəˈvaɪdɪd] [əˈgenst] .

and	partly	a	home	difficulty	shall	have	been	fully	provided	against	.
和	部分	一个	家	困难	将	有	到过	完全	假如	反对	.

但是，在彻底解决这一部分源于学校困难、部分源于家庭困难的祸患之前，我们还有很多工作要做。

['kerf(ə)l] ['riːdɪŋ] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [ˌpensl'veɪniə] [rɪ'pɔːrts][ænd; ənd][ʌv; əv] [ðoʊz] [ʌv; əv] [ˌmæsə'tʃuːsɪts]

Careful	reading	of	our	Pennsylvania	reports	and	of	those	of	Massachusetts
小心	阅读	的	我们的	宾夕法尼亚州	报告	和	的	那些	的	马萨诸塞州

[kənˈvinsiz] [ˌem 'iː] [ðæt] [waɪl] [ɪn][ðə; ði] ['kʌntri] [skuːlz] [ˌoʊvər'wɜːrk][ɪz] [rer] ,

convinces	me	that	while	in	the	country	schools	overwork	is	rare	,
令人信服	我	那	尽管	在	这	国家	学校	过度劳累	是	稀有的	,

仔细阅读宾夕法尼亚州和马萨诸塞州的报告后，我确信，虽然在乡村地区学校过度劳累的情况很少见，

[ɪn] [ðoʊz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['sɪtiz] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [mɔ:r] ['kɑ:mən] , [ænd; ənd] [ðæt] [ðə; ði] ['sɪstəm] [ʌv; əv] ['pʊʃɪŋ] ,

in	those	of	the	cities	it	is	more	common	,	and	that	the	system	of	pushing	,
在	那些	的	这	城市	它	是	更多的	常见的	,	和	那	这	系统	的	推动	,

在那些城市里，这种情况更为常见，而且这种推拉系统……

- - [ʌv; əv] [kəm'petətɪv] [igˌzæmi'neiʃənz] , - - [ʌv; əv] ['ræŋkɪŋ] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . ,

-	-	of	competitive	examinations	,	-	-	of	ranking	,	etc	.	,
-	-	的	竞争的	考试	,	-	-	的	排行	,	ETC	.	,

——关于竞争性考试，——关于排名等等，

[ɪz][ɪn][ə; eɪ] ['meʒər] [rɪ'spɑ:nsəb(ə)l][fɔ:r; fər] [ðæt] ['wɜ:ri] [wɪtʃ] [ædz] [ə; eɪ] ['deɪndʒərəs] ['elɪmənt] [tu:; tə]

is	in	a	measure	responsible	for	that	worry	which	adds	a	dangerous	element	to
是	在	一个	措施	负责任的	为了	那	担心	哪个	添加	一个	危险的	元素	到

[wɜ:rk] .

work	.
工作	.

在某种程度上，正是这种担忧造成了工作中的危险因素。

[ðə; ði] ['fɑ:loʊɪŋ] [ri'mɑ:ks] [æz; əz][tu:; tə][ðə; ði] ['ɪnfluəns] [ʌv; əv] [hoʊm] [laɪf][ɪn] [ˌmæsə'tʃu:sɪts] [ɑ:r; ər]

The	following	remarks	as	to	the	influence	of	home	life	in	Massachusetts	are
这	下列的	评论	作为	到	这	影响	的	家	生活	在	马萨诸塞州	是

[nɑ:t] [aʊt] [ʌv; əv] [pleɪs] [hɪr] ,

not	out	of	place	here	,
不是	出去	的	地方	这里	,

以下关于家庭生活对马萨诸塞州的影响的评论并不适合在此提及：

[ænd; ənd] [wɪl] [bi:; bi] [ˌri:ɪn'fɔ:rst] [baɪ] [wʌt] [ɪz][tu:; tə][bi:; bi] [sed] ['fɑ:rðər] [ɑ:n][baɪ][ə; eɪ] ['kɑ:mpɪtənt]

and	will	be	reinforced	by	what	is	to	be	said	farther	on	by	a	competent
和	将要	是	加强型	经过	什么	是	到	是	说	更远	在	经过	一个	胜任的

[ə'θɔ:rəti] [æz; əz][tu:; tə] [ˌfɪlə'delfɪr] :

authority	as	to	Philadelphia	:
权威	作为	到	费城	:

费城相关事宜将由主管当局随后发表的声明予以佐证：

" [ðə; ði]['deɪndʒər][ʌv; əv][ˌoʊvər'wɜ:rk] , [aɪ] [bɪ'li:v] , [ɪg'zɪsts] ['meɪnli] , [ɪf] [nɑ:t] ['hoʊlli] , [ɪn]['greɪdɪd]

"	The	danger	of	overwork	,	I	believe	,	exists	mainly	,	if	not	wholly	,	in	graded
"	这	危险	的	过度劳累	,	我	相信	,	存在	主要	,	如果	不是	完全	,	在	已评分

[sku:lz] ,

schools	,
学校	,

我认为，过度劳累的危险主要存在于（如果不是完全存在于）分级学校中。

[wer] [lɑ:rdʒ] ['nʌmbərz] [ɑ:r; ər] [tɔ:t] [tə'geðər] , [wer] [ðer; ðər][ɪz] ['greɪtər] [ˌkɑ:mpə'tɪʃ(ə)n][ðæn; ðən]

where	large	numbers	are	taught	together	,	where	there	is	greater	competition	than
在哪里	大的	数字	是	教授	一起	,	在哪里	那里	是	更大的	竞赛	比

[ɪn] [ʌn'greɪdɪd] [sku:lz] ,

in	ungraded	schools	,
在	未分级	学校	,

在学生人数众多、竞争比不分等级学校更激烈的环境中，

[ænd; ənd] [wer] [ðə; ði][wɜ:rk][ʌv; əv] [i:tʃ] ['pju:p(ə)l]['kænɑ:t][bi:; bi][soʊ] ['i:zəli] [ə'dʒʌstɪd] [tu:; tə][hɪz; ɪz]

and	where	the	work	of	each	pupil	cannot	be	so	easily	adjusted	to	his
和	在哪里	这	工作	的	每个	瞳孔	不能	是	所以	容易地	调整	到	他的

[kə'pæsəti][ænd; ənd] [ni:dz] .

capacity	and	needs	.
容量	和	需求	.

而且，每个学生的作业都无法轻易地根据他的能力和需要进行调整。

[ænd; ənd] [wʌt] [ɑ:r; ər][ðə; ði][fækts][ɪn] [ði:z] [sku:lz] ?

And	what	are	the	facts	in	these	schools	?
和	什么	是	这	事实	在	这些	学校	?

这些学校的实际情况如何？

[aɪ][ˌeɪ 'em] [prɪ'perd] [tuː; tə] [ə'griː] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['riːs(ə)nt] ['lʌndən] [skuːl] [bɔːrd] [rɪ'pɔːrt] [soʊ][fɑːr][æz; əz]

I	am	prepared	to	agree	with	a	recent	London	School	Board	Report	so	far	as
我	是	准备	到	同意	和	一个	最近的	伦敦	学校	木板	报告	所以	远的	作为

[tuː; tə] [seɪ] [ðæt] [ɪn][sʌm; səm][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr]['greɪdɪd] [skuːlz] [ðer; ðər][ɑːr; ər]['pjuːp(ə)lz] [huː] [ɑːr; ər]

to	say	that	in	some	of	our	graded	schools	there	are	pupils	who	are
到	说	那	在	一些	的	我们的	已评分	学校	那里	是	学生	WHO	是

[ˌoʊvər'wɜːrkt] .

overworked	.
过度劳累	.

我基本同意伦敦教育局最近的一份报告，该报告指出，在我们一些分级学校中，确实存在学习负担过重的学生。

[ðə; ði] ['nʌmbər] [ɪn] ['eni] [skuːl] [ɪz] , [aɪ] [bɪ'liːv] , [smɔːl] [huː] [ɑːr; ər] ['stɪmjuleɪtɪd] [bɪ'jɑːnd] [ðer; ðər]

The	number	in	any	school	is	,	I	believe	,	small	who	are	stimulated	beyond	their
这	数字	在	任何	学校	是	,	我	相信	,	小的	WHO	是	刺激	超过	他们的

[streŋθ] ,

strength	,
力量	,

我认为，任何学校里，被过度刺激而超出自身能力范围的学生人数都很少。

[ænd; ənd][ðə; ði] [skuːlz] [ɑːr; ər] [fjuː] [ɪn] [wɪtʃ] [sʌtʃ] [ɪk'striːm] [ˌstɪmju'leɪʃ(ə)n][ɪz] [ɪn'kɜːrɪdʒd] .

and	the	schools	are	few	in	which	such	extreme	stimulation	is	encouraged	.
和	这	学校	是	很少	在	哪个	这样的	极端	刺激	是	鼓励	.

鼓励这种极端刺激的学校寥寥无几。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

损耗；或者，给过度劳累者的建议(Wear and Tear; Or, Hints for the Overworked)

[wen] , [wɪð; wɪθ][ə; eɪ][lɑːrdʒ] [klæs] [ʌv; əv] ['tʃɪldrən] [huːz] [maɪndz][ɑːr; ər]['nætʃ(ə)rəli] [kwɪk] [ænd; ənd]
When , **with** **a** **large** **class** **of** **children** **whose** **minds** **are** **naturally** **quick** **and**
什么时候 , 和 一个 大的 班级 的 孩子们 谁 思想 是 自然 快的 和
['æktɪv] ,
active ,
积极的 ,

当面对一大群思维敏捷、活跃好动的孩子时，

[ðə; ði] ['tiːtʃər] [rɪ'zɔrts, riː'zɔrts, riː'sɔrts][tuː; tə][ðə; ði] ['deɪli] ['mɑːrkɪŋ] [ʌv; əv] [resɪ'teɪʃnz] ,
the **teacher** **resorts** **to** **the** **daily** **marking** **of** **recitations** ,
这 老师 度假村 到 这 日常的 标记 的 朗诵 ,

老师采取了每天批改学生背诵作业的方式。

[tuː; tə][ðə; ði] ['gɪvɪŋ] [ʌv; əv]['ekstrə]['kredɪts][fɔːr; fər]['ekstrə][wɜːrk] [dʌn] , [tuː; tə] ['ræŋkɪŋ] ,
to **the** **giving** **of** **extra** **credits** **for** **extra** **work** **done** , **to** **ranking** ,
到 这 给予 的 额外的 学分 为了 额外的 工作 完毕 , 到 排行 ,

对额外完成的工作给予额外学分，以及进行排名，

[ænd; ənd][tuː; tə]['hoʊldɪŋ] [ʌp][ðə; ði]['deɪndʒər][ʌv; əv][nɑːn] - [prə'moʊʃ(ə)n] [bɪ'fɔːr] [ðə; ði]['pjuːp(ə)lz] ;
and **to** **holding** **up** **the** **danger** **of** **non** **-** **promotion** **before** **the** **pupils** **;**
和 到 保持 向上 这 危险 的 非 - 晋升 前 这 学生 ;
[ænd; ənd] [wen] ,
and **when** ,
和 什么时候 ,

并向学生们强调不被提拔的风险；以及当，

['ædɪd] [tuː; tə] [ðoʊz] ['ekstrə] [ɪnd'juːsmənts] [tuː; tə][wɜːrk] ,
added **to** **those** **extra** **inducements** **to** **work** ,
额外 到 那些 额外的 诱导 到 工作 ,

除了这些额外的工作激励措施之外，

[ðer; ðər][ɑːr; ər]['gɪv(ə)n][baɪ] [kə'mitiz] [ænd; ənd] [suːpərɪn'tendənts] [ɪgˌzæmi'neɪʃənz][fɔːr; fər][prə'moʊʃ(ə)n]
there **are** **given** **by** **committees** **and** **superintendents** **examinations** **for** **promotion**
那里 是 给定 经过 委员会 和 督学 考试 为了 晋升
[æt; ət]['regjələr] ['ɪntərvlz] ,
at **regular** **intervals** ,
在 常规的 间隔 ,

委员会和主管会定期举行晋升考试。

[ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [biː; bi] ['veri] [streɪndʒ] [ɪf] [ðer; ðər][wɜːr; wər][nɑːt][sʌm; səm]['pjuːp(ə)lz][soʊ] [wiːk] [ænd; ənd]
it **would** **be** **very** **strange** **if** **there** **were** **not** **some** **pupils** **so** **weak** **and**
它 会 是 非常 奇怪的 如果 那里 是 不是 一些 学生 所以 虚弱的 和
[soʊ][sə'septəb(ə)l][æz; əz][tuː; tə][biː; bi] [ɪn'kɜːrɪdʒd] [tuː; tə][wɜːrk] [bɪ'jɑːnd] [ðer; ðər] [streŋθ] .
so **susceptible** **as** **to** **be** **encouraged** **to** **work** **beyond** **their** **strength** **.**
所以 易受影响的 作为 到 是 鼓励 到 工作 超过 他们的 力量 .

如果没有一些体弱多病、容易受人影响的学生被鼓励去做超出他们能力范围的事情，那才奇怪呢。

[ðer; ðər][ɪz] [ə'nʌðər] [ə'keɪʒn] [ʌv; əv][ˌoʊvər'wɜːrk] [wɪtʃ] [aɪ][hæv; həv] [faʊnd] [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [skuːlz] ,
There **is** **another** **occasion** **of** **overwork** **which** **I** **have** **found** **in** **a** **few** **schools** ,
那里 是 其他 场合 的 过度劳累 哪个 我 有 成立 在 一个 很少 学校 ,

我还发现一些学校存在另一种过度劳累的情况。

[ænd; ənd] [ðæt] [ɪz][ðə; ði] ['spendɪŋ] [ʌv; əv] ['nɪrli] [ɔ:l][ʌv; əv][ðə; ði] [sku:l] [taɪm][ɪn][ˌresɪ'teɪʃ(ə)n][ænd; ənd]

and	that	is	the	spending	of	nearly	all	of	the	school	time	in	recitation	and
和	那	是	这	开支	的	几乎	全部	的	这	学校	时间	在	背诵	和

['pʊtɪŋ] [ɔ:f] ['stʌdi] [tu:; tə]['ekstrə][taɪm][æt; ət][hoʊm] .

putting	off	study	to	extra	time	at	home	.
推杆	离开	学习	到	额外的	时间	在	家	.

也就是说，几乎所有的上课时间都花在了背诵上，而把学习推迟到家里的额外时间进行。

[wen] , [ɪn][ə; eɪ] [sku:l] [ʌv; əv]['fɔ:rti][ɔ:r] [mɔ:r] , ['pju:p(ə)lz] [bɪ'lɔ:ŋ] [tu:; tə][ðə; ði] [seɪm] [klæs] ,

When	,	in	a	school	of	forty	or	more	,	pupils	belong	to	the	same	class	,
什么时候	,	在	一个	学校	的	四十	或者	更多的	,	学生	属于	到	这	相同的	班级	,

在一所拥有四十名或更多学生的学校里，如果学生属于同一个班级，

[ænd; ənd][ɑ:r; ər][nɑ:t]['sepəreɪtɪd]['ɪntu:] [dɪ'vɪʒnz] [fɔ:r; fər][ˌresɪ'teɪʃ(ə)n][ænd; ənd] ['stʌdi] ,

and	are	not	separated	into	divisions	for	recitation	and	study	,
和	是	不是	分开	进入	部门	为了	背诵	和	学习	,

而且没有分成朗诵和学习两部分，

[ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ][temp'teɪʃ(ə)n][tu:; tə][spend][ðə; ði] ['greɪtər] [pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði][taɪm][ɪn][ˌresɪ'teɪʃ(ə)n] [wɪtʃ]

there	is	a	temptation	to	spend	the	greater	part	of	the	time	in	recitation	which
那里	是	一个	诱惑	到	花费	这	更大的	部分	的	这	时间	在	背诵	哪个

[fju:] ['ti:tʃərz] [kæn; kən] [rɪ'zɪst] ;

few	teachers	can	resist	;
很少	教师	能	抵抗	;

人们很容易把大部分时间花在背诵上，很少有老师能够抵挡住这种诱惑；

[ænd; ənd] [ɪf] ['tæsks][ɑ:r; ər]['gɪv(ə)n] , [ðeɪ] [hæv; həv][tu:; tə][bi:; bi] ['lɜ:rnɪd] [aʊt][ʌv; əv] [sku:l] [ɔ:r][nɑ:t]

and	if	tasks	are	given	,	they	have	to	be	learned	out	of	school	or	not
和	如果	任务	是	给定	,	他们	有	到	是	学习	出去	的	学校	或者	不是

[æt; ət][ɔ:l] .

at	all	.
在	全部	.

如果布置了任务，要么在校外学习，要么就根本学不会。

['pju:p(ə)lz][ʌv; əv] ['græmər] [sku:lz] [ɑ:r; ər] [noʊn] [tu:; tə] [fi:l] [ə'blaɪdʒd][tu:; tə] ['stʌdi] [tu:] [ɔ:r] [θri:]

Pupils	of	grammar	schools	are	known	to	feel	obliged	to	study	two	or	three
学生	的	语法	学校	是	已知	到	感觉	有义务	到	学习	二	或者	三

['aʊərz] ['deɪli] [frʌm; frəm] [ðɪs] [kɔ:z] [æt; ət][ə; eɪ][taɪm] [wen] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] ['sli:pɪŋ] ,

hours	daily	from	this	cause	at	a	time	when	they	should	be	sleeping	,
小时	日常的	从	这	原因	在	一个	时间	什么时候	他们	应该	是	睡眠	,

众所周知，文法学校的学生因此感到有义务每天学习两到三个小时，而这段时间他们本应该睡觉。

[ɔ:r] ['eksəsaɪzɪŋ][ɪn][ðə; ði]['oʊpən] [er] .

or	exercising	in	the	open	air	.
或者	锻炼	在	这	打开	空气	.

或者在户外锻炼。

['fri:kwəntli] , [haʊ'evər] ,

Frequently	,	however	,
频繁地	,	然而	,

然而，经常

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][nɑ:t][soʊ] [mʌtʃ] [ˌoʊvər'wɜ:rk][æz; əz]['oʊvər'wɜ:ri] [ðæt] [moʊst][ə'fekts; 'æfˌekts][ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv]

it	is	not	so	much	overwork	as	overworry	that	most	affects	the	health	of
它	是	不是	所以	很多	过度劳累	作为	过度担忧	那	最多	影响	这	健康	的

[ðə; ði][tʃaɪld] ,

the	child	,
这	孩子	,

真正影响孩子健康的，与其说是过度劳累，不如说是过度担忧。

- - [ðæt] ['wɜ:ri] [wɪtʃ] [meɪ] [nɑ:t] ['ɔ:lweɪz] [bi:; bi] [treɪst] [tu:; tə] ['eni] [fɔ:lt] [ʌv; əv] ['sɪstəm] [ɔ:r] ['ti:tʃər] ,

-	-	that	worry	which	may	not	always	be	traced	to	any	fault	of	system	or	teacher	,
-	-	那	担心	哪个	可能	不是	总是	是	追踪	到	任何	过错	的	系统	或者	老师	,

——这种担忧未必总是源于制度或教师的任何过错，

[bʌt; bət] [wɪtʃ] , [ˌaɪ 'ti:] [mʌst; məst] [bi:; bi] [əd'mɪtɪd] , [ɪz] [tu:] ['ɔ:f(ə)n] [ɪn'djʊst] [baɪ] [ɪn'kɜ:rɪdʒɪŋ] [rɔ:ŋ]

but	which	,	it	must	be	admitted	,	is	too	often	induced	by	encouraging	wrong
但	哪个	,	它	必须	是	承认	,	是	也	经常	诱导	经过	鼓励	错误的

['məutivz] [tu:; tə] ['stʌdi] .

motives	to	study	.
动机	到	学习	.

但必须承认，这种情况常常是由于鼓励错误的学习动机而导致的。

" [ɪn] ['meɪkɪŋ] [ʌp] [ðə; ði] ['vɜ:rdɪkt] [wi:; wi] [mʌst; məst] [nɑ:t] [fər'get] [ðæt] ['ʌðər] [bɪ'saɪdz] [ðə; ði] ['ti:tʃər]

"	In	making	up	the	verdict	we	must	not	forget	that	others	besides	the	teacher
"	在	制作	向上	这	判决	我们	必须	不是	忘记	那	其他的	除了	这	老师

[meɪ] [bi:; bi] [rɪ'spɑ:nsəb(ə)l] [fɔ:r; fər] [ˌoʊvər'wɜ:rk] [ænd; ənd] ['oʊvər'wɜ:ri] .

may	be	responsible	for	overwork	and	overworry	.
可能	是	负责任的	为了	过度劳累	和	过度担忧	.

"在做出决定时，我们不能忘记，除了老师之外，其他人也可能对过度劳累和过度担忧负有责任。"

[ðə; ði] ['perənts] [ænd; ənd] ['pju:p(ə)lz] [ðəm'selvz] [ɑ:r; ər] [kwaɪt] [æz; əz] ['ɔ:f(ə)n] [tu:; tə] [bleɪm] [æz; əz] [ɑ:r; ər]

The	parents	and	pupils	themselves	are	quite	as	often	to	blame	as	are
这	父母	和	学生	他们自己	是	相当	作为	经常	到	责备	作为	是

[ðə; ði] ['ti:tʃərz] .

the	teachers	.
这	教师	.

家长和学生自身往往与老师一样难辞其咎。

[æn; ən] [ʌn'wɪlɪŋnəs] [ɑ:n] [ðə; ði] [pɑ:rt] [ʌv; əv] ['pju:p(ə)lz] [tu:; tə] [rɪ'vju:] [wɜ:rk] [ɪm'pɜ:rfɪktli] [dʌn] ,

An	unwillingness	on	the	part	of	pupils	to	review	work	imperfectly	done	,
一个	不情愿	在	这	部分	的	学生	到	审查	工作	不完美地	完毕	,

学生不愿修改未完成的作业，

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [dɪ'zaɪər] [ɑ:n] [ðə; ði] [pɑ:rt] [ʌv; əv] ['perənts] [tu:; tə] [hæv; həv] [ðer; ðər] ['tʃɪldrən] [get] ['ɪntu:] [ə; eɪ]

and	a	desire	on	the	part	of	parents	to	have	their	children	get	into	a
和	一个	欲望	在	这	部分	的	父母	到	有	他们的	孩子们	得到	进入	一个

['haɪər] [klæs] ,

higher	class	,
更高	班级	,

父母希望子女进入更高阶层的愿望，

[ɔ:r] [tu:; tə] ['grædʒuət; 'grædʒuˌeɪt] ,

or	to	graduate	,
或者	到	毕业	,

或者毕业，

['fri:kwəntli] [kɔ:z] ['pju:p(ə)lz] [tu:; tə] [kræm] [fɔ:r; fər] [ɪgˌzæmɪ'neɪʃənz] [ænd; ənd] [tu:; tə] [wɜ:rk] [ˌʌn'du:li] [æt; ət]

frequently	cause	pupils	to	cram	for	examinations	and	to	work	unduly	at
频繁地	原因	学生	到	塞满	为了	考试	和	到	工作	过度	在

[ə; eɪ] [taɪm] [wen] [ðə; ði] ['bɑ:di] [ɪz] [li:st] ['eɪb(ə)l] [tu:; tə] [ber] [ðə; ði] ['ekstrə] [streɪn] .

a	time	when	the	body	is	least	able	to	bear	the	extra	strain	.
一个	时间	什么时候	这	身体	是	至少	有能力的	到	熊	这	额外的	拉紧	.

经常导致学生为了考试而临时抱佛脚，并在身体最无法承受额外压力的时候过度学习。

[ə'gen] , ['tʃɪldrən] [ɑ:r; ər] ['fri:kwəntli] [rɪ'kwaɪərd] [tu:; tə] [teɪk] ['ekstrə] ['lesnz; 'lesənz] [ɪn] ['mju:zɪk] [ɔ:r]

Again	,	children	are	frequently	required	to	take	extra	lessons	in	music	or
再次	,	孩子们	是	频繁地	必需的	到	拿	额外的	课程	在	音乐	或者

[sʌm; səm] ['ʌðər] ['stʌdi] [æt; ət] [hoʊm] ,

some	other	study	at	home	,
一些	其他	学习	在	家	,

此外，孩子们经常被要求在家接受额外的音乐或其他学科的辅导。

[ðʌs] [di'praivɪŋ] [ðem; ðəm][ʌv; əv] ['niːdɪd] ['eksərsaɪz][ænd; ənd][ˌriːkri'eɪʃn; ˌrekri'eɪʃən] ,

thus	depriving	them	of	needed	exercise	and	recreation	,
因此	剥夺	他们	的	需要	锻炼	和	娱乐	,

这样就剥夺了他们必要的锻炼和娱乐机会。

[ɔːr] [ɪg'zɔːstɪŋ] ['nɜːrvəs] ['enərdʒi] [wɪtʃ] [ɪz] ['niːdɪd] [fɔːr; fər][ðer; ðər]['regjələr] [skuːl] [wɜːrk] .

or	exhausting	nervous	energy	which	is	needed	for	their	regular	school	work	.
或者	精疲力竭	紧张的	活力	哪个	是	需要	为了	他们的	常规的	学校	工作	.

或者耗尽他们日常学习所需的精力。

" [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] [əb'zɜːrvd] [ðæt] [ɪn] [ðɪs] [tʃɑːrdʒ] [ə'genst] ['perənts] [aɪ][duː][nɑːt] [spiːk] [ʌv; əv] [ðoʊz]

"	It	will	be	observed	that	in	this	charge	against	parents	I	do	not	speak	of	those
"	它	将要	是	观察到	那	在	这	收费	反对	父母	我	做	不是	说话	的	那些

['kɔːzɪz] [ʌv; əv] [ɪl] [helθ] [wɪtʃ] ['riːəli] [hæv; həv] ['nʌθɪŋ] [tuː; tə][duː][wɪð; wɪθ][ˌoʊvər'wɜːrk] ,

causes	of	ill	health	which	really	have	nothing	to	do	with	overwork	,
原因	的	患病的	健康	哪个	真的	有	没有什么	到	做	和	过度劳累	,

“需要注意的是，我对父母的这项指控中，我并没有提到那些与过度劳累无关的健康问题。”

[bʌt; bət] [wɪtʃ] [ɑːr; ər]['ɔːfntaɪmz,'ɔːftəntaɪmz] [fər'gɑːtn] [wen] [ə; eɪ] [skuːl] - [bɔɪ] [ɔːr][gɜːrl] [breɪks] [daʊn]

but	which	are	oftentimes	forgotten	when	a	school	-	boy	or	girl	breaks	down
但	哪个	是	经常	被遗忘的	什么时候	一个	学校	-	男生	或者	女孩	休息	向下

.

:

.

但当学生情绪崩溃时，这些往往被遗忘。

[aɪ] [ə'luːd] [tuː; tə][ðə; ðɪ] ['iːtɪŋ] [ʌv; əv][ɪm'prɑːpər][ænd; ənd] [ˌʌn'hoʊlsəm] [fuːd] , [tuː; tə] [ɪˌregjə'lærəti]

I	allude	to	the	eating	of	improper	and	unwholesome	food	,	to	irregularity
我	暗示	到	这	吃	的	不当	和	不健康的	食物	,	到	不规则

[ʌv; əv] ['iːtɪŋ] [ænd; ənd] ['sliːpɪŋ] ,

of	eating	and	sleeping	,
的	吃	和	睡眠	,

我指的是食用不健康、不卫生的食物，以及饮食和睡眠不规律。

[tuː; tə] [ə'tendəns] [ə'pɑːn] ['pɑːrtiz] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['pleɪsɪz][ʌv; əv] [ə'mjuːzmənt] [leɪt] [æt; ət] [naɪt] ,

to	attendance	upon	parties	and	other	places	of	amusement	late	at	night	,
到	出席	之上	各方	和	其他	地方	的	娱乐	晚的	在	夜晚	,

[tuː; tə] ['smoʊkɪŋ] ,

to	smoking	,
到	吸烟	,

深夜参加聚会和其他娱乐场所活动，吸烟，

[ænd; ənd][tuː; tə][ðə; ðɪ] [ɪn'dʌldʒəns] [ʌv; əv] ['ʌðər] ['hæbɪts] [wɪtʃ] [tend][tuː; tə][ˌʌn'duːli] [ɪk'saɪt] [ðə; ðɪ]

and	to	the	indulgence	of	other	habits	which	tend	to	unduly	excite	the
和	到	这	放纵	的	其他	习惯	哪个	趋向	到	过度	激发	这

['nɜːrvəs] ['sɪstəm] .

nervous	system	.
紧张的	系统	.

以及放纵其他容易过度刺激神经系统的习惯。

[fɔːr; fər] ['veri] ['ɑːbviəs] ['riːz(ə)nz] [ðiːz] ['kɔːzɪz] [ʌv; əv] [dɪ'ziːz] [ɑːr; ər][nɑːt] [brɔːt] ['prɑːmɪnəntli]

For	very	obvious	reasons	these	causes	of	disease	are	not	brought	prominently
为了	非常	明显的	原因	这些	原因	的	疾病	是	不是	带来	突出地

['fɔːrwərd][baɪ][ðə; ðɪ] [ə'tendɪŋ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ,

forward	by	the	attending	physician	,
向前	经过	这	参加	医生	,

出于显而易见的原因，这些疾病的病因并没有被主治医生重点提及。

[huː] ['daʊtləs] [θɪŋks] [ˌaɪ 'tiː]['seɪfər][ænd; ənd] [mɔːr] ['flætərɪŋ] [tuː; tə][hɪz; ɪz]['peɪtrənz][tuː; tə] [seɪ] [ðæt]

who	doubtless	thinks	it	safer	and	more	flattering	to	his	patrons	to	say	that
WHO	毫无疑问	思考	它	更安全	和	更多的	奉承	到	他的	顾客	到	说	那

[ðə; ði][tʃaɪld][hæz; həz]['broʊkən] [daʊn] [frʌm; frəm][hɑːrd] ['stʌdi] ,

the	child	has	broken	down	from	hard	study	,
这	孩子	有	破碎的	向下	从	难的	学习	,

他无疑认为，说孩子是因为学习太拼命而崩溃，这样更安全，也更能讨好他的赞助人。

['ræðər] [ðæn; ðən][frʌm; frəm][ˌɛk'sɛsɪz, ɪk'sɛsɪz] [wɪtʃ] [ɑːr; ər] ['sʌmwʌt] [dɪs'kredɪtəbl] .

rather	than	from	excesses	which	are	somewhat	discreditable	.
相当	比	从	过剩	哪个	是	有些	不光彩的	.

而不是因为一些有失体面的过激行为。

[waɪl] ['perənts] [ɑːr; ər] ['klɪrli] [tuː; tə] [bleɪm] [fɔːr; fər] [en'deɪndʒərɪŋ] [helθ] [ɪn][ðə; ði] [weɪz] ['ɪndɪkeɪtɪd] ,

While	parents	are	clearly	to	blame	for	endangering	health	in	the	ways	indicated	,
尽管	父母	是	清楚地	到	责备	为了	危及	健康	在	这	方式	表明的	,

虽然父母显然应该为上述危害健康的方式承担责任，

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi][ə; eɪ] ['kwestʃən] ['weðər] [ðə; ði][wɜːrk][rɪ'kwaɪərd][tuː; tə][biː; bi] [dʌn] [ɪn] [skuːl] [ʃʊd; ʃəd]

it	may	be	a	question	whether	the	work	required	to	be	done	in	school	should
它	可能	是	一个	问题	无论	这	工作	必需的	到	是	完毕	在	学校	应该

[nɑːt][biː; bi]['rɛgjəˌleɪtəd, 'rɛgjəˌleɪtɪd] [ə'kɔːrdɪŋli] ;

not	be	regulated	accordingly	;
不是	是	受监管	因此	;

学校要求完成的工作是否应该受到相应的规范，这可能是一个问题；

['weðər] , [ɪn] ['dezɪgneɪtɪŋ] [ðə; ði] ['stʌdiz] [tuː; tə][biː; bi]['teɪkən] , [ænd; ənd][ɪn] [ə'saɪnɪŋ] ['lesnz; 'lesənz] ,

whether	,	in	designating	the	studies	to	be	taken	,	and	in	assigning	lessons	,
无论	,	在	指定	这	研究	到	是	已采取	,	和	在	分配	课程	,

无论是在指定要学习的课程，还是在安排课程时，

[ðer; ðər][ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi]['teɪkən]['ɪntuː][kənˌsɪdə'reɪʃ(ə)n][ɔːl][ðə; ði]['sɜːrkəmstænsɪz][ʌv; əv][ðə; ði]['pjuːpəlz]

there	should	not	be	taken	into	consideration	all	the	circumstances	of	the	pupil's
那里	应该	不是	是	已采取	进入	考虑	全部	这	情况	的	这	学生们的

[laɪf] [wɪtʃ] [kæn; kən][biː; bi] [kən'viːniəntli] [æsə'teind] ,

life	which	can	be	conveniently	ascertained	,
生活	哪个	能	是	方便	已确定	,

不应考虑所有能够方便地查明的学生生活情况，

['iːv(ə)n] [ðoʊ] [ðoʊz] ['sɜːrkəmstænsɪz][ɑːr; ər][moʊst] [ʌn'feɪvərəbl] [tuː; tə] [skuːl] [wɜːrk][ænd; ənd][ɑːr; ər]

even	though	those	circumstances	are	most	unfavorable	to	school	work	and	are
甚至	尽管	那些	情况	是	最多	不利	到	学校	工作	和	是

[brɔːt] [ə'baʊt] ['meɪnli] [θruː] [ðə; ði] ['ɪgnərəns] [ɔːr] ['fɑːli] [ʌv; əv] ['perənts] .

brought	about	mainly	through	the	ignorance	or	folly	of	parents	.
带来	关于	主要	通过	这	无知	或者	蠢事	的	父母	.

即使这些情况对学业极为不利，而且主要是由于父母的无知或愚蠢造成的。

[ʌv; əv] [kɔːrs] [ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ]['lɪmɪt][tuː; tə] [sʌtʃ] [æn; ən] [ə'dʒʌstmənt] [ʌv; əv][wɜːrk][ɪn] [skuːl] ,

Of	course	there	is	a	limit	to	such	an	adjustment	of	work	in	school	,
的	课程	那里	是	一个	限制	到	这样的	一个	调整	的	工作	在	学校	,

当然，这种对学校工作安排的调整也是有限度的。

[bʌt; bət][wɪð; wɪθ]['prɑːpər] ['kɔːʃ(ə)n] [ænd; ənd][ə; eɪ] [gʊd] [ˌʌndər'stændɪŋ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['perənts] [ðer; ðər]

but	with	proper	caution	and	a	good	understanding	with	the	parents	there
但	和	恰当的	警告	和	一个	好的	理解	和	这	父母	那里

[niːd] [biː; bi]['lɪt(ə)l]['deɪndʒər][ʌv; əv] [əd'væntɪdʒ] ['biːɪŋ] ['teɪkən][baɪ][æn; ən] ['ɪndələnt] [tʃaɪld] ;

need	be	little	danger	of	advantage	being	taken	by	an	indolent	child	;
需要	是	小的	危险	的	优势	存在	已采取	经过	一个	懒惰的	孩子	;

但是，只要谨慎行事，并与父母保持良好的沟通，懒惰的孩子就不太可能利用父母的疏忽大意；

[nɔ:r] [ni:d] [ðə; ði] [sku:l] [bi:; bi] [ə'fektɪd] [wen] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [ˌʌndər'stʊd] [tu:; tə][bi:; bi][ə; eɪ][saɪn][ʌv; əv]

nor	need	the	school	be	affected	when	it	is	understood	to	be	a	sign	of
也不	需要	这	学校	是	做作的	什么时候	它	是	理解	到	是	一个	符号	的

['wi:knəs] ['ræðər][ðæn; ðən][ʌv; əv]['feɪvər][tu:; tə]['eni] [pər'tɪkjələr]['pju:p(ə)l][tu:; tə]['les(ə)n][hɪz; ɪz][wɜ:rk] .

weakness	rather	than	of	favor	to	any	particular	pupil	to	lessen	his	work	.
弱点	相当	比	的	偏爱	到	任何	特别的	瞳孔	到	减少	他的	工作	.

如果减少某个学生的作业量被认为是软弱的表现，而不是偏袒某个学生，那么学校也不必受到影响。

[nɑ:t] [ʌn'fri:kwəntli] [ðer; ðər][ɑ:r; ər][faʊnd] ['ʌðər] ['kɔ:zɪz] [ʌv; əv] [ɪl] [helθ] [ðæn; ðən] [ðoʊz] [wɪtʃ] [aɪ]

Not	unfrequently	there	are	found	other	causes	of	ill	health	than	those	which	I
不是	不常	那里	是	成立	其他	原因	的	患病的	健康	比	那些	哪个	我

[hæv; həv] ['menʃ(ə)nd] ;

have	mentioned	;
有	提及	;

除了我提到的那些原因之外，还经常会发现其他一些导致疾病的原因；

[sʌtʃ] , [fɔ:r; fər] ['ɪnstəns] , [æz; əz] [pʊr] [ˌventɪ'leɪʃ(ə)n] , [ˌoʊvər'hi:tɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] [sku:l] - [ru:m] ,

such	,	for	instance	,	as	poor	ventilation	,	overheating	of	the	school	-	room	,
这样的	,	为了	实例	,	作为	贫穷的	通风	,	过热	的	这	学校	-	房间	,

[dræfts] [ʌv; əv][koʊld] [er] ,

draughts	of	cold	air	,
起草	的	寒冷的	空气	,

例如，通风不良、教室过热、冷风吹袭等。

[ænd; ənd][ðə; ði][laɪk] ; [nɑ:t][tu:; tə] [spi:k] [ʌv; əv][ðə; ði]['ænjuəl] ['pʌblɪk] [ˌeksɪ'bɪʃ(ə)n] ,

and	the	like	;	not	to	speak	of	the	annual	public	exhibition	,
和	这	喜欢	;	不是	到	说话	的	这	年度的	民众	展览	,

诸如此类；更不用说一年一度的公众展览了。

[wɪð; wɪθ][ðə; ði]['pɑ:səb(ə)l] ['nɜ:rvəs] [ɪk'saɪtmənt] [ə'tendɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] .

with	the	possible	nervous	excitement	attending	it	.
和	这	可能的	紧张的	激动	参加	它	.

以及可能伴随而来的紧张兴奋。

[ɔ:l] [ʌv; əv] [ði:z] [θɪŋz] [ɑ:r; ər] ['menʃ(ə)nd] , [nɑ:t][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [ðeɪ] [bɪ'lɔ:ŋ] [də'rektli; daɪ'rektli][tu:; tə]

All	of	these	things	are	mentioned	,	not	because	they	belong	directly	to
全部	的	这些	事物	是	提及	,	不是	因为	他们	属于	直接地	到

[ðə; ði] ['kwestʃən] [ʌv; əv][ˌoʊvər'wɜ:rk] ,

the	question	of	overwork	,
这	问题	的	过度劳累	,

提到这些事情，并不是因为它们与过度劳累的问题直接相关。

[bʌt; bət][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [wel] , [ɪn] [kən'sɪdərɪŋ] [ðə; ði] ['kwestʃən] ,

but	because	it	is	well	,	in	considering	the	question	,
但	因为	它	是	出色地	,	在	考虑	这	问题	,

但是，因为考虑到这个问题，

[tu:; tə] [ki:p] [ɪn][maɪnd][ɔ:l]['pɑ:səb(ə)l] ['kɔ:zɪz] [ʌv; əv] [ɪl] [helθ] ,

to	keep	in	mind	all	possible	causes	of	ill	health	,
到	保持	在	头脑	全部	可能的	原因	的	患病的	健康	,

要考虑到所有可能导致疾病的原因，

[ðæt] [noʊ][wʌn] [kɔ:z] [meɪ] [bi:; bi][ˌʌn'du:li] ['emfəsaizd] . " [[faɪv]]

that	no	one	cause	may	be	unduly	emphasized	.	"	[	5	]
那	不	一	原因	可能	是	过度	强调	.	"	[	5	]

任何一方的事业都不应被过分强调。[5]

[ɪn] ['praɪvət] [skuːlz] [ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd][ʌv; əv] [θɪŋ] [goʊz][ɑːn] , [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [ə'dɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] ['fɔːrən]

In	private	schools	the	same	kind	of	thing	goes	on	,	with	the	addition	of	foreign
在	私人的	学校	这	相同的	种类	的	事物	去	在	,	和	这	添加	的	外国的

['læŋgwədʒəz, 'læŋgwɪdʒɪz] ,

languages	,
语言	,

私立学校也存在类似情况，只是增加了外语课程。

[ænd; ənd] ['ʌndər] [ðə; ði] [dʌl] [spɜːr][ʌv; əv] ['dɪsəplɪn] ,

and	under	the	dull	spur	of	discipline	,
和	在下面	这	乏味的	刺	的	纪律	,

在纪律的钝化鞭策下，

[wɪ'ðaʊt] [ðə; ði][eɪd][ʌv; əv]['eni] [sʌtʃ] [nɪ'sesɪtɪz] [æz; əz] ['stɪmjuleɪt] [ðə; ði]['pjuːp(ə)lz][ʌv; əv] [wʌt] [wiː; wi]

without	the	aid	of	any	such	necessities	as	stimulate	the	pupils	of	what	we
没有	这	援助	的	任何	这样的	必需品	作为	刺激	这	学生	的	什么	我们

[ɑːr; ər] [pliːzd] [tuː; tə][kɔːl][ə; eɪ]['nɔːrm(ə)l] (!

are	pleased	to	call	a	normal	(	!
是	高兴	到	称呼	一个	普通的	(	!

如果没有任何此类必需品的帮助来刺激我们乐于称之为正常（!

) [skuːl] .

)	school	.
)	学校	.

） 学校。

[ɪn] ['praɪvət] [skuːlz] [fɔːr; fər]['gɝːlz][ʌv; əv] [wʌt] [aɪ] [meɪ] [kɔːl][ðə; ði] ['liːʒər] [klæs] [ʌv; əv][sə'saɪəti]

In	private	schools	for	girls	of	what	I	may	call	the	leisure	class	of	society
在	私人的	学校	为了	女孩们	的	什么	我	可能	称呼	这	闲暇	班级	的	社会

[ˌoʊvər'wɜːrk][ɪz][ʌv; əv] [kɔːrs] [mʌtʃ] [mɔːr] [rer] [ðæn; ðən][ɪn]['aʊər; ɑːr]['nɔːrm(ə)l] [skuːlz] [fɔːr; fər]['gɝːlz] ,

overwork	is	of	course	much	more	rare	than	in	our	normal	schools	for	girls	,
过度劳累	是	的	课程	很多	更多的	稀有的	比	在	我们的	普通的	学校	为了	女孩们	,

在私立女子学校（我称之为社会闲暇阶层的女子学校）中，过度劳累的情况当然比在我们普通的女子学校中要少见得多。

[bʌt; bət][ðə; ði] [prɪ'koʊʃəs] [kleɪmz] [ʌv; əv]['soʊʃ(ə)l][laɪf][ænd; ənd][ðə; ði] [ɪn'dɪfrəns] [ʌv; əv] ['perənts]

but	the	precocious	claims	of	social	life	and	the	indifference	of	parents
但	这	早熟	索赔	的	社会的	生活	和	这	漠不关心	的	父母

[æz; əz][tuː; tə]['aʊərz][ænd; ənd][ˌsɪstə'mætɪk] ['lɪvɪŋ] ['niːdləsli] [ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ðə; ði]['evər] - ['prez(ə)nt]

as	to	hours	and	systematic	living	needlessly	add	to	the	ever	-	present
作为	到	小时	和	系统	活的	不必要的	添加	到	这	曾经	-	展示

['dɪfəkəltɪz] [ʌv; əv][ðə; ði] [skuːl] - ['tiːtʃər] ,

difficulties	of	the	school	-	teacher	,
困难	的	这	学校	-	老师	,

但是，孩子们过早地渴望社交生活，以及家长们对孩子上课时间和规律生活的漠不关心，都给教师们本就存在的困难雪上加霜。

[huːz] [kən'troʊl] [siːsiz] [wen] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l]['paːsiz] [aʊt] [ʌv; əv][hɜːr; hər] [haʊs] .

whose	control	ceases	when	the	pupil	passes	out	of	her	house	.
谁	控制	停止	什么时候	这	瞳孔	通过	出去	的	她	房子	.

当学生离开家时，她的控制权就终止了。

[æz; əz][tuː; tə][ðə; ði] [skuːl] [ɪn] [wɪtʃ] [bəuθ]['sɛksəz, 'sɛksɪz][ɑːr; ər]['edʒukeɪtɪd] [tə'geðər] [ə; eɪ][wɜːrd] [meɪ]

As	to	the	school	in	which	both	sexes	are	educated	together	a	word	may
作为	到	这	学校	在	哪个	两个都	性别	是	受过教育	一起	一个	单词	可能

[biː; bi] [sed] .

be	said	.
是	说	.

至于男女同校的学校，可以简单说几句。

['ʃʊrli] [noʊ] ['sɪstəm] [kæn; kən] [biː; bi] [wɜːrs] [ðæn; ðən] [ðæt] [wɪtʃ] ['kɔmplɪˌkeɪts] [ə; eɪ] ['dɪfɪkəlt] ['prɑːbləm]

Surely	no	system	can	be	worse	than	that	which	complicates	a	difficult	problem
一定	不	系统	能	是	更糟	比	那	哪个	使情况复杂化	一个	难的	问题

[baɪ] ['teɪkɪŋ] [tuː] [sets] [ʌv; əv] ['biːɪŋs] [ʌv; əv] ['dɪfrənt] [gɪfts] ,

by	taking	two	sets	of	beings	of	different	gifts	,
经过	采取	二	套	的	生物	的	不同的	礼物	,

肯定没有比把两组天赋不同的生物放在一起，使原本就复杂的问题更加棘手的系统更糟糕的了。

[ænd; ənd] [ʌv; əv] [ˌʌn'laɪk] [ˌfɪziə'lɑːdʒɪk(ə)l] [niːdz] [ænd; ənd] [kən'strʌkʃ(ə)n] , [ænd; ənd] ['fɔːrsɪŋ] [ðem; ðəm]

and	of	unlike	physiological	needs	and	construction	,	and	forcing	them
和	的	与此不同	生理	需求	和	建造	,	和	强制	他们

['ɪntuː] [ðə; ði] [seɪm] [ˌedʒu'keɪʃən(ə)l] [moʊld] .

into	the	same	educational	mould	.
进入	这	相同的	教育	模具	.

生理需求和身体构造各不相同，却强迫他们接受同样的教育模式。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ə; eɪ] [rɔːŋ] [fɔːr; fər] [bəuθ] ['sɛksəz, 'sɛksɪz] .

It	is	a	wrong	for	both	sexes	.
它	是	一个	错误的	为了	两个都	性别	.

这对男女双方都是错误的。

[nɑːt] [mʌtʃ] [ˌʌn'laɪk] [ðə; ði] [bɔɪ] [ɪn] ['tʃaɪldhʊd] ,

Not	much	unlike	the	boy	in	childhood	,
不是	很多	与此不同	这	男生	在	童年	,

与男孩童年时期并无太大差别。

[ðer; ðər] [kʌmz] [ə; eɪ] [taɪm] [wen] [ɪn] [ðə; ði] ['ræpɪd] [ˌevə'luːʃ(ə)n] [ʌv; əv] ['pjuːbərti] [ðə; ði] [gɜːrl] [bɪ'kʌmz]

there	comes	a	time	when	in	the	rapid	evolution	of	puberty	the	girl	becomes
那里	来	一个	时间	什么时候	在	这	迅速的	进化	的	青春期	这	女孩	变成

[fɔːr; fər] [ə; eɪ] [waɪl] [mɔːr] [ðæn; ðən] [ðə; ði] ['iːkwəl] [ʌv; əv] [ðə; ði] [læd] ,

for	a	while	more	than	the	equal	of	the	lad	,
为了	一个	尽管	更多的	比	这	平等的	的	这	小伙子	,

在青春期快速发育的过程中，女孩会在某个阶段变得比男孩更强壮或更强壮。

[ænd; ənd] , ['oʊɪŋ] [tuː; tə] [hɜːr; hər] [ˌkɑːnʃi'enʃəsnəs] , [hɪz; ɪz] ['mɔːrəl] [suː'pɪriər] ,

and	,	owing	to	her	conscientiousness	,	his	moral	superior	,
和	,	欠款	到	她	尽责性	,	他的	道德	优越的	,

而且，由于她的尽责，她在道德上胜过他。

[bʌt; bət] [æt; ət] [ðɪs] ['ɪrə] [ʌv; əv] [hɜːr; hər] [laɪf] [ʃiː; ʃi] [ɪz] ['weɪtɪd] [baɪ] [ˌpɪri'ɑːdɪk(ə)l] [dɪsə'bɪlətɪz] [wɪtʃ]

but	at	this	era	of	her	life	she	is	weighted	by	periodical	disabilities	which
但	在	这	时代	的	她	生活	她	是	加权	经过	期刊	残疾	哪个

[bɪ'kʌm] ['niːdləsli] [hɑːrd] [tuː; tə] [kən'sɪdər] [ɪn] [ə; eɪ] [skuːl] [ment] [tuː; tə] [biː; bi] [bəuθ] [hoʊm] [ænd; ənd]

become	needlessly	hard	to	consider	in	a	school	meant	to	be	both	home	and
变得	不必要的	难的	到	考虑	在	一个	学校	意思是	到	是	两个都	家	和

[skuːl] [fɔːr; fər] [bəuθ] ['sɛksəz, 'sɛksɪz] .

school	for	both	sexes	.
学校	为了	两个都	性别	.

但在这个人生阶段，她饱受周期性残疾的困扰，这在一所旨在为男女学生提供家庭和学校双重角色的学校里，变得难以理解。

['faɪnəli] ,

Finally	,
最后	,

最后，

[ðer; ðər] [kʌmz] [ə; eɪ][taɪm] [wen] [ðə; ði] [mə'tʃʊrd] [mæn]['sɜːrt(ə)nli] [sə'pɑːsiz] [ðə; ði]['wʊmən][ɪn]

there	comes	a	time	when	the	matured	man	certainly	surpasses	the	woman	in
那里	来	一个	时间	什么时候	这	成熟的	男人	当然	超越	这	女士	在

[pər'sɪstənt] ['enərdʒi][ænd; ənd][kə'pæsəti][fɔːr; fər][ʌn'broʊkən][breɪn] - [wɜːrk] .

persistent	energy	and	capacity	for	unbroken	brain	-	work	.
执着的	活力	和	容量	为了	未破	脑	-	工作	.

到了某个阶段，成熟的男人在持久的精力和不间断的脑力劳动能力方面肯定会超过女人。

[ɪf] [ðen] [ʃiː; ʃi] [mætʃɪz] [hɜːr'self] [ə'genst] [hɪm; ɪm] , [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] , [wɪð; wɪθ][sʌm; səm] [ik'sepʃənz] ,

If	then	she	matches	herself	against	him	,	it	will	be	,	with	some	exceptions	,
如果	然后	她	比赛	她自己	反对	他	,	它	将要	是	,	和	一些	例外情况	,

[æt; ət] ['bɪtər] [kɔːst] .

at	bitter	cost	.
在	苦的	成本	.

如果她与他一较高下，除少数例外情况外，她将付出惨痛的代价。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][sæd][tuː; tə] [θɪŋk] [ðæt] [ðə; ði] [dɪ'mændz] [ʌv; əv]['sɪvəlaɪzd][laɪf][ɑːr; ər] ['meɪkɪŋ] [ðɪs] ['kɑːntest]

It	is	sad	to	think	that	the	demands	of	civilized	life	are	making	this	contest
它	是	伤心	到	思考	那	这	需求	的	文明	生活	是	制作	这	竞赛

['ɔːlmoʊst][ˌʌnə'vɔɪdəb(ə)l] .

almost	unavoidable	.
几乎	不可避免的	.

令人遗憾的是，文明生活的种种要求使得这场竞争几乎不可避免。

['iːv(ə)n] [ɪf] [wiː; wi][æd'mɪt][i'kwɑːləti][ʌv; əv] ['ɪntəlekt] ,

Even	if	we	admit	equality	of	intellect	,
甚至	如果	我们	承认	平等	的	智力	,

即使我们承认智力平等，

[ðə; ði] ['strʌg(ə)l] [wɪð; wɪθ][mæn][ɪz] ['kruːəli] [ʌn'iːkwəl] [ænd; ənd][ɪz][tuː; tə][biː; bi] [ə'vɔɪdɪd] [wen'evər] [ˌaɪ 'tiː]

the	struggle	with	man	is	cruelly	unequal	and	is	to	be	avoided	whenever	it
这	斗争	和	男人	是	残酷地	不等	和	是	到	是	避免	每当	它

[ɪz]['pɑːsəb(ə)l] .

is	possible	.
是	可能的	.

与人类的斗争是残酷的不平等的，应该尽可能避免。

[ðə; ði]['kɑːlɪdʒɪz][fɔːr; fər] ['wɪmɪn] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['væsɚ] , [ɑːr; ər] ['naʊədeɪz] [mɔːr] ['kerf(ə)l][ðæn; ðən]

The	colleges	for	women	,	such	as	Vassar	,	are	nowadays	more	careful	than
这	大学	为了	女性	,	这样的	作为	瓦萨学院	,	是	如今	更多的	小心	比

[ðeɪ] [wɜːr; wər] .

they	were	.
他们	是	.

像瓦萨学院这样的女子学院，如今比以前更加谨慎了。

[ɪn'diːd] , [ðer; ðər] [mə'ʃiːnəri] [fɔːr; fər] ['gaːdɪŋ] [helθ] [waɪl] [ˌedʒu'keɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ə; eɪ] [haɪ] [klæs]

Indeed	,	their	machinery	for	guarding	health	while	education	of	a	high	class
的确	,	他们的	机械	为了	守护	健康	尽管	教育	的	一个	高的	班级

[goʊz][ɑːn][ɪz]['ædmərəb(ə)l] .

goes	on	is	admirable	.
去	在	是	令人钦佩的	.

的确，他们在保障民众健康的同时，还能提供高质量的教育，这种机制令人钦佩。

[wʌt] [ðeɪ] [stɪl] [læk] [ɪz][ə; eɪ] [kə'rekt] ['pʌblɪk] ['fiːlɪŋ] .

What	they	still	lack	is	a	correct	public	feeling	.
什么	他们	仍然	缺少	是	一个	正确的	民众	感觉	.

他们目前仍然缺乏的是正确的公众舆论。

[ðə; ði]['stændərd][fɔ:r; fər] [helθ] [ænd; ənd] [ɪn'dʊrəns] [ɪz] [tu:] [mʌtʃ] [ðæt] [wɪtʃ] [wʊd] [bi:; bi]['nɔ:rm(ə)l]

The	standard	for	health	and	endurance	is	too	much	that	which	would	be	normal
这	标准	为了	健康	和	耐力	是	也	很多	那	哪个	会	是	普通的

[fɔ:r; fər] [jʌŋ] [men] ,

for	young	men	,
为了	年轻的	男人	,

对健康和耐力的标准过高，远超年轻男性的正常水平。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['sentɪmənt] [ʌv; əv] [ði:z] [gru:ps] [ʌv; əv] ['wɪmɪn] [ɪz]['saɪləntli] [ə'poʊzd] [tu:; tə]

and	the	sentiment	of	these	groups	of	women	is	silently	opposed	to
和	这	情绪	的	这些	团体	的	女性	是	默默	反对	到

[æd'mɪtɪŋ, əd'mɪtɪŋ] [ðæt] [ðə; ði] ['femənɪn] [laɪf][hæz; həz] [nɪ'sesɪtɪz] [wɪtʃ] [du:][nɑ:t] ['kʌmbər] [ðæt] [ʌv; əv]

admitting	that	the	feminine	life	has	necessities	which	do	not	cumber	that	of
承认	那	这	女性	生活	有	必需品	哪个	做	不是	阻碍	那	的

[mæn] .

man	.
男人	.

这些女性群体的情感是默默反对承认女性生活也有男性生活所不具备的必需品。

[ðʌs] [ðə; ði] [ˌʌn'rɪtn] [koʊd] [rɪ'meɪnz] [ɪn][ə; eɪ] ['meʒər] ['hɑ:st(ə)l][tu:; tə][ðə; ði] [ək'septɪd] [lɔ:z] [wɪtʃ]

Thus	the	unwritten	code	remains	in	a	measure	hostile	to	the	accepted	laws	which
因此	这	不成文	代码	遗迹	在	一个	措施	敌对的	到	这	公认	法律	哪个

[ɑ:r; ər][sə'poʊzd; sə'poʊzɪd][tu:; tə] [ru:l] .

are	supposed	to	rule	.
是	据称	到	规则	.

因此，不成文的规则在某种程度上仍然与理应统治的公认法律相悖。

[æz; əz][kən'sɜ:rnz]['aʊər; ɑ:r]['kɑ:lɪdʒɪz][fɔ:r; fər] [jʌŋ] [men][aɪ][hæv; həv]['lɪt(ə)l][tu:; tə][seɪ] .

As	concerns	our	colleges	for	young	men	I	have	little	to	say	.
作为	担忧	我们的	大学	为了	年轻的	男人	我	有	小的	到	说	.

至于我们为年轻男性设立的大学，我没什么好说的。

[ðə; ði]['keɪsɪz][aɪ] [si:] [ʌv; əv] ['breɪkdaʊn] [ə'mʌŋ] ['wɪmɪn] [bɪ'twi:n] [ˌsɪks'ti:n][ænd; ənd] [ˌnaɪn'ti:n] [hu:]

The	cases	I	see	of	breakdown	among	women	between	sixteen	and	nineteen	who
这	案例	我	看	的	分解	之中	女性	之间	十六	和	十九	WHO

[bɪ'lɔ:ŋ] [tu:; tə]['nɔ:rm(ə)l] [skʊ:lz] [ɔ:r] ['fi:meɪl] ['kɑ:lɪdʒɪz][ɑ:r; ər][aʊt][ʌv; əv][ɔ:l][prə'pɔ:rʃ(ə)n]['lɑ:rdʒər]

belong	to	normal	schools	or	female	colleges	are	out	of	all	proportion	larger
属于	到	普通的	学校	或者	女性	大学	是	出去	的	全部	部分	更大的

[ðæn; ðən][ðə; ði] ['nʌmbər] [ʌv; əv][laɪk] ['feɪljɚz] [ə'mʌŋ] [jʌŋ] [men][ʌv; əv][ðə; ði] [seɪm] ['eɪdʒɪz] ,

than	the	number	of	like	failures	among	young	men	of	the	same	ages	,
比	这	数字	的	喜欢	失败	之中	年轻的	男人	的	这	相同的	年龄	,

我看到的16至19岁就读于师范学校或女子学院的女性中，精神崩溃的案例数量远远超过同龄男性中出现类似失败案例的数量。

[ænd; ənd] [jet] , [æz; əz][aɪ][hæv; həv]['hɪntəd, 'hɪntɪd, 'hɪnɪd] ,

and	yet	,	as	I	have	hinted	,
和	然而	,	作为	我	有	暗示	,

然而，正如我暗示的那样，

[ðə; ði] [ə'reɪndʒmənts] [fɔ:r; fər] ['wɑtʃɪŋ] [ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv] [ði:z] [gru:ps] [ʌv; əv] ['wɪmɪn] [ɑ:r; ər]

the	arrangements	for	watching	the	health	of	these	groups	of	women	are
这	安排	为了	观看	这	健康	的	这些	团体	的	女性	是

['ju:ʒuəli; 'ju:ʒəli] ['betər] [ðæn; ðən] [sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði]['kɑ:lɪdʒɪz][fɔ:r; fər] [jʌŋ] [men] [prə'vaɪd] .

usually	better	than	such	as	the	colleges	for	young	men	provide	.
通常	更好的	比	这样的	作为	这	大学	为了	年轻的	男人	提供	.

这些女性群体的健康状况监测安排通常比大学为年轻男性提供的安排要好。

[ðə; ði] ['sɪstəm] [ʌv; əv] [prə'feʃən(ə)l] ['gɑ:rdiənʃɪp] [æt; ət][dʒɑ:nz]['hɑ:pkɪnz][ɪz][æn; ən]['ædmərəb(ə)l]
The 这 **system** 系统 **of** 的 **professional** 专业的 **guardianship** 监护 **at** 在 **Johns** 约翰斯 **Hopkins** 霍普金斯 **is** 是 **an** 一个 **admirable** 令人钦佩的
[ɪk'sepʃn] ,
exception 例外 **,** ,

约翰·霍普金斯大学的专业监护制度是一个值得称道的例外。

[ænd; ənd][æt; ət][sʌm; səm] ['ʌðər] [ˌɪnstɪ'tuʃənz] [ðə; ði] ['fɪzɪk(ə)l] [ɪgˌzæmɪ'neɪʃ(ə)n][ɑ:n] [məˌtrɪkju'leɪʃn]
and 和 **at** 在 **some** 一些 **other** 其他 **institutions** 机构 **the** 这 **physical** 身体的 **examination** 考试 **on** 在 **matriculation** 入学
[bɪ'kʌmz] [ʌv; əv][ðə; ði]['ʌtmoʊst]['vælju:] ,
becomes 变成 **of** 的 **the** 这 **utmost** 极致 **value** 价值 **,** ,

而在其他一些院校，入学时的体检就显得至关重要了。

[wen] ['fɑ:loʊd] [ʌp][æz; əz][ˌaɪ 'ti:][ɪz][ɪn]['sɜ:rt(ə)n][ʌv; əv] [ði:z] [skuːlz] [baɪ] [kəm'pʌlsəri] ['fɪzɪk(ə)l]
when 什么时候 **followed** 随后 **up** 向上 **as** 作为 **it** 它 **is** 是 **in** 在 **certain** 肯定 **of** 的 **these** 这些 **schools** 学校 **by** 经过 **compulsory** 强制性的 **physical** 身体的
['treɪnɪŋ] [ænd; ənd] [ə'keɪʒən(ə)l] [ˌɑ:r 'i:] - [igˌzæmi'neiʃənz][ʌv; əv][ðə; ði] [steɪt] [ʌv; əv] [helθ] .
training 训练 **and** 和 **occasional** 偶然 **re** 关于 **-** - **examinations** 考试 **of** 的 **the** 这 **state** 状态 **of** 的 **health** 健康 **.** .

在某些学校，这种做法还会辅以强制性的体育锻炼和不定期的健康状况复查。

[aɪ][du:][nɑ:t] [si:] [waɪ] [ðə; ði] [hoʊl] ['mætər] [kʊd; kəd][nɑ:t][ɪn][ɔ:l] ['kɑ:lɪdʒɪz][bi:; bi] [ˌsɪstə'mætɪkli] [meɪd]
I 我 **do** 做 **not** 不是 **see** 看 **why** 为什么 **the** 这 **whole** 所有的 **matter** 事情 **could** 可以 **not** 不是 **in** 在 **all** 全部 **colleges** 大学 **be** 是 **systematically** 系统地 **made** 制成
[pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði][igˌzæmi'neiʃənz][ɑ:n] ['entri] [ə'pɑ:n] ['stʌdiz] .
part 部分 **of** 的 **the** 这 **examinations** 考试 **on** 在 **entry** 入口 **upon** 之上 **studies** 研究 **.** .

我不明白为什么所有大学不能将此事系统地纳入入学考试中。

[ˌaɪ 'ti:] [wʊd] [æt; ət] [li:st] [pɔɪnt] [aʊt][tu:; tə][ðə; ði] ['θɔ:tf(ə)l] ['stu:d(ə)nt][hɪz; ɪz] [wi:k] [pɔɪnts] ,
It 它 **would** 会 **at** 在 **least** 至少 **point** 观点 **out** 出去 **to** 到 **the** 这 **thoughtful** 周到 **student** 学生 **his** 他的 **weak** 虚弱的 **points** 积分 **,** ,

至少这能让有思考能力的学生发现自己的弱点。

[ænd; ənd][ɪ'neɪb(ə)l][hɪm; ɪm][tu:; tə][du:][hɪz; ɪz][wɜ:rk][ænd; ənd] [teɪk] [hɪz; ɪz]['eksərsaɪz][wɪð; wɪθ][sʌm; səm]
and 和 **enable** 使能够 **him** 他 **to** 到 **do** 做 **his** 他的 **work** 工作 **and** 和 **take** 拿 **his** 他的 **exercise** 锻炼 **with** 和 **some** 一些
[rɪ'gɑ:rd][tu:; tə] ['kɑ:nsɪkwensɪz] .
regard 看待 **to** 到 **consequences** 结果 **.** .

并让他能够考虑到后果，完成他的工作和锻炼。

[aɪ][hæv; həv]['oʊvər][ænd; ənd]['oʊvər] [si:n] [jʌŋ] [men][wɪð; wɪθ] [wi:k] ['hɑ:rts] [ɔ:r] [ˌʌnsə'spektɪd]
I 我 **have** 有 **over** 超过 **and** 和 **over** 超过 **seen** 已见 **young** 年轻的 **men** 男人 **with** 和 **weak** 虚弱的 **hearts** 心 **or** 或者 **unsuspected** 意想不到的
['vælvjələr] ['trʌblz] [hu:] [hæd; həd] ['sʌfərd] [frʌm; frəm] ['hævɪŋ] [bɪn] [ə'laʊd] [tu:; tə] [pleɪ] [fʊt] - [bɔ:l] .
valvular 瓣膜 **troubles** 麻烦 **who** WHO **had** 有 **suffered** 遭受 **from** 从 **having** 拥有 **been** 到过 **allowed** 允许 **to** 到 **play** 玩 **foot** 脚 **-** - **ball** 球 **.** .

我一次又一次地看到，一些年轻人因为踢足球而患上心脏虚弱或未被发现的瓣膜疾病。

['keɪsɪz][ʌv; əv][sə'ri:brəl] ['trʌb(ə)l][ɪn] ['stjʊdnts] , [du:] [tu:; tə][ðə; ði][ju:z][ʌv; əv] [dɪ'fektɪv] [aɪz] , [ɑ:r; ər]
Cases 案例 **of** 的 **cerebral** 大脑 **trouble** 麻烦 **in** 在 **students** 学生 **,** , **due** 到期的 **to** 到 **the** 这 **use** 使用 **of** 的 **defective** 有缺陷的 **eyes** 眼睛 **,** , **are** 是
['kɑ:mən] ,
common 常见的 **,** ,

学生因使用有缺陷的眼睛而导致脑部疾病的案例很常见。

[ænd; ənd][aɪ][hæv; həv] [noʊn] ['meni]['væljuəb(ə)l][laɪvz; lɪvz] [ə'mʌŋ] [meɪl] [ænd; ənd] ['fi:meɪl] ['stjʊdnts]

and	I	have	known	many	valuable	lives	among	male	and	female	students
和	我	有	已知	许多	有价值的	生活	之中	男性	和	女性	学生

['krɪpld] ['hoʊpləsli] ['oʊɪŋ] [tu:; tə][ðə; ði][fækt] [ðæt] [noʊ] ['kɑ:lɪdʒ] [prɪ] - [ɪg,zæmɪ'neɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ðer; ðər]

crippled	hopelessly	owing	to	the	fact	that	no	college	pre	-	examination	of	their
残疾的	绝望地	欠款	到	这	事实	那	不	大学	预	-	考试	的	他们的

[steɪt] [hæd; həd] [tɔ:t] [ðem; ðəm][ðer; ðər] [tru:] [kən'dɪʃ(ə)n] ,

state	had	taught	them	their	true	condition	,
状态	有	教授	他们	他们的	真的	状况	,

我认识很多优秀的男女学生，他们因为所在州的大学预科考试没有让他们了解自己的真实情况而彻底失去了发展的机会。

[ænd; ənd] [ðæt] [noʊ][wʌn][hæd; həd] ['pɔɪntɪd] [aʊt][tu:; tə][ðem; ðəm][ðə; ði] [nə'sesəti] [ʌv; əv] [sʌtʃ]

and	that	no	one	had	pointed	out	to	them	the	necessity	of	such
和	那	不	一	有	尖	出去	到	他们	这	必要性	的	这样的

[kə'rekʃn] [baɪ] ['glæsɪz] [æz; əz] [wʊd] [hæv; həv] [ɪneɪbld] [ðem; ðəm][æz; əz]['wɜ:rkərz][tu:; tə] [kəm'pi:t]

correction	by	glasses	as	would	have	enabled	them	as	workers	to	compete
更正	经过	眼镜	作为	会	有	已启用	他们	作为	工人	到	竞争

[ɑ:n]['i:v(ə)n][tɜ:rmz][wɪð; wɪθ][ðer; ðər] ['fɛloʊz] .

on	even	terms	with	their	fellows	.
在	甚至	条款	和	他们的	伙伴们	.

而且没有人向他们指出，他们需要戴眼镜矫正视力，这样他们才能在工作中与同行公平竞争。

[ɪn][ə; eɪ] ['sʌmwʌt] [dɪ'skɜ:rsɪv] ['fæʃ(ə)n] [aɪ][hæv; həv] [dwelt] [ə'pɑ:n][ðə; ði] ['mɪstʃɪf] [wɪtʃ] [ɪz] ['presɪŋ]

In	a	somewhat	discursive	fashion	I	have	dwelt	upon	the	mischief	which	is	pressing
在	一个	有些	论述性的	时尚	我	有	居住	之上	这	恶作剧	哪个	是	紧迫

[tu:; tə] - [deɪ] [ə'pɑ:n]['aʊər; ɑ:r]['gɝ:lz][ʌv; əv] ['evri] [klæs] [ɪn][laɪf] .

to	-	day	upon	our	girls	of	every	class	in	life	.
到	-	天	之上	我们的	女孩们	的	每一个	班级	在	生活	.

我以一种略带漫谈的方式，探讨了当今社会各个阶层的女孩所面临的种种弊端。

[ðə; ði]['dɑ:ktər] [noʊz] [haʊ] ['ɔ:f(ə)n][ænd; ənd] [haʊ] ['ɜ:rnɪstli] [hi:; hi][ɪz] [kɔ:ld] [ə'pɑ:n][tu:; tə]

The	doctor	knows	how	often	and	how	earnestly	he	is	called	upon	to
这	医生	知道	如何	经常	和	如何	切实	他	是	称为	之上	到

[rɪ'mɑ:nstreɪt] [ə'genst] [ðɪs] ['groʊɪŋ] ['i:v(ə)l] .

remonstrate	against	this	growing	evil	.
抗议	反对	这	生长	邪恶的	.

医生深知自己经常被要求、多么恳切地劝诫人们抵制这种日益严重的罪恶。

[hi:; hi][ɪz] , [ʌv; əv] [kɔ:rs] , [wel] [ɪ'nʌf] [ə'wer] [ðæt] ['meni] ['stɜ:rdi]['gɝ:lz][stænd][ðə; ði][streɪn] ,

He	is	,	of	course	,	well	enough	aware	that	many	sturdy	girls	stand	the	strain	,
他	是	,	的	课程	,	出色地	足够的	意识到的	那	许多	结实的	女孩们	站立	这	拉紧	,

他当然很清楚，很多身强力壮的女孩都能承受这种压力。

[bʌt; bət][hi:; hi] [noʊz] ['ɔ:lsoʊ] [ðæt] ['veri] ['meni] [du:][nɑ:t] , [ænd; ənd] [ðæt] [ðə; ði] [breɪn] ,

but	he	knows	also	that	very	many	do	not	,	and	that	the	brain	,
但	他	知道	还	那	非常	许多	做	不是	,	和	那	这	脑	,

但他也知道，很多人并不了解这一点，而且大脑，

[sɪk] [wɪð; wɪθ] ['mʌltɪplaɪd] ['stʌdiz] [ænd; ənd] [ˌʌn'hoʊlsəm] [hoʊm][laɪf] , [plɔdz] [ɑ:n] , ['du:ɪŋ] [pʊr]

sick	with	multiplied	studies	and	unwholesome	home	life	,	plods	on	,	doing	poor
生病的	和	乘以	研究	和	不健康的	家	生活	,	蹒跚	在	,	正在做	贫穷的

[wɜ:rk] ,

work	,
工作	,

身负多重学业压力和不健康的家庭生活，勉强维持学业，工作效率低下。

[ʌn'tɪl] ['sʌmbɑ:di] ['wʌndɚz] [wʌt] [ɪz][ðə; ði] ['mætər] [wɪð; wɪθ] [ðæt] [gɜ:rl] ; [ɔ:r][ʃi:; ʃi][ɪz] [left] [tu:; tə]

until	somebody	wonders	what	is	the	matter	with	that	girl	;	or	she	is	left	to
直到	某人	奇迹	什么	是	这	事情	和	那	女孩	;	或者	她	是	左边	到

['skræmb(ə)l] [θru:] ,

scramble	through	,
争夺	通过	,

直到有人好奇那个女孩怎么了；或者她只能独自狼狈逃窜。

[ɔ:r] [breɪk] [daʊn] [wɪð; wɪθ] [wi:k] [aɪz] , ['hedeikiz] , [nʊ'rældʒə] , [ɔ:r] [wʌt] [nɑ:t] .

or	break	down	with	weak	eyes	,	headaches	,	neuralgias	,	or	what	not	.
或者	休息	向下	和	虚弱的	眼睛	,	头痛	,	神经痛	,	或者	什么	不是	.

或者出现视力模糊、头痛、神经痛等症状。

[aɪ][ˌeɪ 'em] ['pɜ:rfɪktli] ['kɑ:nfɪdənt] [ðæt] [aɪ][ʃæl; ʃəl][bi:; bi][toʊld] [hɪr] [ðæt] ['gɜ:lz] [ɔ:t] [tu:; tə][bi:; bi]['eɪb(ə)l]

I	am	perfectly	confident	that	I	shall	be	told	here	that	girls	ought	to	be	able
我	是	完美	自信的	那	我	将	是	讲述	这里	那	女孩们	应该	到	是	有能力的

[tu:; tə] ['stʌdi] [hɑ:rd] [bɪ'twi:n] [ˌfɔ:r'ti:n] [ænd; ənd] [ˌeɪ'ti:n] ['jɪrz] [wɪ'ðaʊt] ['ɪndʒəri] ,

to	study	hard	between	fourteen	and	eighteen	years	without	injury	,
到	学习	难的	之间	十四	和	十八	年	没有	受伤	,

我完全相信，这里会有人告诉我，女孩在十四岁到十八岁之间应该能够努力学习而不会受伤。

[ɪf] [bɔɪz] [kæn; kən][du:][ˌaɪ 'ti:] .

if	boys	can	do	it	.
如果	男孩们	能	做	它	.

如果男孩都能做到。

['præktɪkli] , [haʊ'evər] , [ðə; ði] [bɔɪz] [ʌv; əv][tu:; tə] - [deɪ] [ɑ:r; ər] ['getɪŋ] [ðer; ðər] ['tʌfəst] [ˌedʒu'keɪʃ(ə)n]

Practically	,	however	,	the	boys	of	to	-	day	are	getting	their	toughest	education
几乎	,	然而	,	这	男孩们	的	到	-	天	是	获得	他们的	最难	教育

['leɪtər][ænd; ənd]['leɪtər][ɪn][laɪf] ,

later	and	later	in	life	,
之后	和	之后	在	生活	,

但实际上，如今的男孩们接受最艰苦教育的时间越来越晚。

[waɪl] ['gɜ:lz] [li:v] [sku:l] [æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [eɪdʒ][æz; əz] [ðeɪ] [dɪd] ['θɜ:rti] ['jɪrz] [ə'goʊ] .

while	girls	leave	school	at	the	same	age	as	they	did	thirty	years	ago	.
尽管	女孩们	离开	学校	在	这	相同的	年龄	作为	他们	做过	三十	年	前	.

而女孩们离开学校的年龄与三十年前一样。

[ˌaɪ 'ti:] [ju:st] [tu:; tə][bi:; bi] ['kɑ:mən] [fɔ:r; fər] [bɔɪz] [tu:; tə]['entər] ['kɑ:lɪdʒ] [æt; ət] [ˌfɔ:r'ti:n] : [æt; ət]

It	used	to	be	common	for	boys	to	enter	college	at	fourteen	:	at
它	用过的	到	是	常见的	为了	男孩们	到	进入	大学	在	十四	:	在

['prez(ə)nt] ,

present	,
展示	,

过去男孩十四岁就上大学很常见；而现在，

[ˌeɪ'ti:n] [ɪz][ə; eɪ]['ju:ʒuəl][eɪdʒ][ʌv; əv] [əd'mɪʃ(ə)n] [æt; ət]['hɑ:rvərd][ɔ:r] [jeɪl] .

eighteen	is	a	usual	age	of	admission	at	Harvard	or	Yale	.
十八	是	一个	通常	年龄	的	入学	在	哈佛大学	或者	耶鲁大学	.

18岁通常是哈佛大学或耶鲁大学的入学年龄。

[naʊ] ,

Now	,
现在	,

现在，

[let] ['eni] [wʌn] [kəm'per] [ðə; ði] [skeɪl] [ʌv; əv] ['stʌdiz] [fɔ:r; fər] [bəuθ] ['sɛksəz, 'sɛksɪz] [ɪm'plɔɪd] [hæf] [ə; eɪ]

let	any	one	compare	the	scale	of	studies	for	both	sexes	employed	half	a
让	任何	一	比较	这	规模	的	研究	为了	两个都	性别	受雇	一半	一个

['sentʃəri] [ə'goʊ] [wɪð; wɪθ] [ðæt] [ʌv; əv] [tu:; tə] - [deɪ] .

century	ago	with	that	of	to	-	day	.
世纪	前	和	那	的	到	-	天	.

任何人都可以比较一下半个世纪前男女研究的规模与今天的规模。

[hi:; hi] [wɪl] [faɪnd] [ðæt] [ɪts] [dɪ'mændz] [ɑ:r; ər] ['væstli] [mɔ:r] [ɪg'zæktɪŋ] [ðæn; ðən] [ðeɪ] [wɜ:r; wər] ,

He	will	find	that	its	demands	are	vastly	more	exacting	than	they	were	,
他	将要	寻找	那	它是	需求	是	非常	更多的	严格	比	他们	是	,

他会发现，它的要求比以前要苛刻得多。

- - [ə; eɪ] ['dɪfrəns] [frɔ:t] [wɪð; wɪθ] [noʊ] ['i:v(ə)l] [fɔ:r; fər] [men] , [hu:] [ə'tæk] [ðə; ði] ['greɪvər] ['stʌdiz]

-	-	a	difference	fraught	with	no	evil	for	men	,	who	attack	the	graver	studies
-	-	一个	不同之处	充满危机	和	不	邪恶的	为了	男人	,	WHO	攻击	这	刻刀	研究

['leɪtər] [ɪn] [laɪf] ,

later	in	life	,
之后	在	生活	,

——这种差异对于那些在人生后期才投身于更严肃的学术研究的人来说，并无害处。

[bʌt; bət] [moʊst] ['perələs] [fɔ:r; fər] ['gɜ:lz] , [hu:] [ɑ:r; ər] [stɪl] [ɪk'spektɪd] [tu:; tə] [li:v] [sku:l] [æt; ət]

but	most	perilous	for	girls	,	who	are	still	expected	to	leave	school	at
但	最多	危险的	为了	女孩们	,	WHO	是	仍然	预期的	到	离开	学校	在

[ˌeɪ'ti:n] [ɔ:r] ['ɜ:rliər] . [[sɪks]]

eighteen	or	earlier	.	[	6	]
十八	或者	早些时候	.	[	6	]

但对女孩来说，危险性最大，因为人们仍然期望女孩在 18 岁或更早的时候离开学校。[6]

[aɪ] ['fɜ:rmli] [bɪ'li:v] - - [ænd; ənd] [aɪ] [ˌeɪ 'em] [nɑ:t] [ə'loʊn] [ɪn] [ðɪs] [ə'pɪnjən] - - [ðæt] [æz; əz] [kən'sɜ:rnz] [ðə; ði]

I	firmly	believe	-	-	and	I	am	not	alone	in	this	opinion	-	-	that	as	concerns	the
我	牢牢	相信	-	-	和	我	是	不是	独自的	在	这	观点	-	-	那	作为	担忧	这

['fɪzɪk(ə)l] ['fju:tʃər] [ʌv; əv] ['wɪmɪn] [ðeɪ] [wʊd] [du:] [fɑ:r] ['betər] [ɪf] [ðə; ði] [breɪn] [wɜ:r; wər] ['veri] ['laɪtli]

physical	future	of	women	they	would	do	far	better	if	the	brain	were	very	lightly
身体的	未来	的	女性	他们	会	做	远的	更好的	如果	这	脑	是	非常	轻轻

['tæskt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [sku:l] ['aʊərz] [bʌt; bət] [θri:] [ɔ:r] [fɔ:r] [ə; eɪ] [deɪ] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ri:tʃ] [ðə; ði] [eɪdʒ]

tasked	and	the	school	hours	but	three	or	four	a	day	until	they	reach	the	age
任务	和	这	学校	小时	但	三	或者	四	一个	天	直到	他们	抵达	这	年龄

[ʌv; əv] [ˌsev(ə)n'ti:n] [æt; ət] [li:st] .

of	seventeen	at	least	.
的	十七	在	至少	.

我坚信——而且持有这种观点的人并不孤单——就女性的身体未来而言，如果让她们的大脑承受很小的负担，并且每天只上三四个小时的课，直到至少十七岁，她们的情况会好得多。

['eniθɪŋ] , [ɪn'di:d] , [wɜ:r; wər] ['betər] [ðæn; ðən] [lɔ:s] [ʌv; əv] [helθ] ;

Anything	,	indeed	,	were	better	than	loss	of	health	;
任何事物	,	的确	,	是	更好的	比	损失	的	健康	;

任何事都比失去健康要好；

[ænd; ənd] [ɪf] [ˌaɪ 'ti:] [bi:; bi] [ɪn] ['eni] [keɪs] [ə; eɪ] ['kwestʃən] [ʌv; əv] [daʊt] ,

and	if	it	be	in	any	case	a	question	of	doubt	,
和	如果	它	是	在	任何	案件	一个	问题	的	怀疑	,

如果这其中存在任何疑问，

[ðə; ði] [sku:l] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] [ʌn'hezɪteɪtɪŋli] [ə'bændənd] [ɔ:r] [ɪts] ['aʊərz] ['lesnd] ,

the	school	should	be	unhesitatingly	abandoned	or	its	hours	lessened	,
这	学校	应该	是	毫不犹豫	弃	或者	它是	小时	减少	,

应该毫不犹豫地关闭这所学校，或者缩短其上课时间。

[æz; əz][æt; ət] [liːst] [ɪn][pɑːrt][ðə; ði] [sɔːrs] [ʌv; əv] ['veri] ['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] ['nɜːrvəs] ['mælədi] [wɪð; wɪθ]

as	at	least	in	part	the	source	of	very	many	of	the	nervous	maladies	with
作为	在	至少	在	部分	这	来源	的	非常	许多	的	这	紧张的	疾病	和

[wɪtʃ] ['aʊər; ɑːr] ['wɪmɪn] [ɑːr; ər] ['trʌbld] .

which	our	women	are	troubled	.
哪个	我们的	女性	是	麻烦	.

至少部分原因是导致我们女性所患许多神经系统疾病的根源。

[aɪ][ˌeɪ 'em]['ɔːlmoʊst] [ə'ʃeɪmd] [tuː; tə] [dɪ'fend] [ə; eɪ][pə'zɪʃ(ə)n] [wɪtʃ] [ɪz][held][baɪ] ['meni] ['kɑːmpɪtənt]

I	am	almost	ashamed	to	defend	a	position	which	is	held	by	many	competent
我	是	几乎	羞愧	到	保卫	一个	位置	哪个	是	握住	经过	许多	胜任的

[fɪ'zɪʃnz] ,

physicians	,
医生	,

我几乎感到羞于捍卫许多优秀医生都持有的观点。

[bʌt; bət][æn; ən][ɪn'telɪdʒənt] [frend] , [huː] [hæz; həz] [riːd] [ðɪs] [peɪdʒ] ,

but	an	intelligent	friend	,	who	has	read	this	page	,
但	一个	聪明的	朋友	,	WHO	有	读	这	页	,

但一位聪明的友人读过这一页后，

[stɪl] [æsks][ˌem 'iː] [waɪ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðæt] [ˌoʊvər'wɜːrk][ʌv; əv][breɪn] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][soʊ] ['sɪriəs] [æn; ən]['iːv(ə)l]

still	asks	me	why	it	is	that	overwork	of	brain	should	be	so	serious	an	evil
仍然	问	我	为什么	它	是	那	过度劳累	的	脑	应该	是	所以	严肃的	一个	邪恶的

[tuː; tə] ['wɪmɪn] [æt; ət][ðə; ði][eɪdʒ][ʌv; əv] ['wʊmənli] [dɪ'veləpmənt] .

to	women	at	the	age	of	womanly	development	.
到	女性	在	这	年龄	的	女性	发展	.

她仍然问我，为什么大脑过度运转对处于女性发育阶段的女性来说是一种如此严重的危害。

[maɪ][best][rɪ'plaɪ] [wʊd] [biː; bi][ðə; ði] [ɪk'spɪriəns] [ænd; ənd] [ə'pɪnjənz] [ʌv; əv] [ðoʊz] [ʌv; əv][ˌjuː 'es] [huː]

My	best	reply	would	be	the	experience	and	opinions	of	those	of	us	who
我的	最好的	回复	会	是	这	经验	和	意见	的	那些	的	我们	WHO

[ɑːr; ər] [kɔːld] [ə'pɑːn][tuː; tə] [siː] [haʊ] ['meni] [skuːl] - ['gɝːlz][ɑːr; ər] ['sʌfərɪŋ] [ɪn] [helθ] [frʌm; frəm]

are	called	upon	to	see	how	many	school	-	girls	are	suffering	in	health	from
是	称为	之上	到	看	如何	许多	学校	-	女孩们	是	痛苦	在	健康	从

[kən'faɪnmənt] ,

confinement	,
监禁	,

我最好的回答，莫过于我们这些被要求了解有多少女学生因闭关而遭受健康损害的人的经验和意见。

[wɑːnt][ʌv; əv]['eksərsaɪz][æt; ət][ðə; ði][taɪm][ʌv; əv][deɪ] [wen] [ðeɪ] [moʊst][ɪn'klaɪn][tuː; tə][ˌaɪ 'tiː] ,

want	of	exercise	at	the	time	of	day	when	they	most	incline	to	it	,
想	的	锻炼	在	这	时间	的	天	什么时候	他们	最多	倾斜	到	它	,

在他们最想运动的时间段缺乏运动，

[bæd][ˌventɪ'leɪʃ(ə)n] , [['sɛvən]] [ænd; ənd] [tuː] ['stedi] [ˌɑːkju'peɪʃ(ə)n][ʌv; əv][maɪnd] .

bad	ventilation	,	[	7	]	and	too	steady	occupation	of	mind	.
坏的	通风	,	[	7	]	和	也	稳定的	职业	的	头脑	.

通风不良[7]，以及精神活动过于集中。

[æt; ət][noʊ] ['ʌðər] [taɪm] [ʌv; əv][laɪf][ɪz][ðə; ði] ['nɜːrvəs] ['sɪstəm] [soʊ] ['sensətɪv] , - - [soʊ]['ɪrɪtəb(ə)l] ,

At	no	other	time	of	life	is	the	nervous	system	so	sensitive	,	-	-	so	irritable	,
在	不	其他	时间	的	生活	是	这	紧张的	系统	所以	敏感的	,	-	-	所以	易怒的	,

在人生的其他任何阶段，神经系统都不会如此敏感，如此易怒。

[aɪ] [maɪt] [seɪ] , - - [ænd; ənd][æt; ət][noʊ] ['ʌðər] [ɑːr; ər] [ə'bʌndənt] [freʃ] [er] [ænd; ənd]['eksərsaɪz][soʊ]

I	might	say	,	-	-	and	at	no	other	are	abundant	fresh	air	and	exercise	so
我	可能	说	,	-	-	和	在	不	其他	是	丰富	新鲜的	空气	和	锻炼	所以

[ɪm'pɔːrt(ə)nt] .

important	.
重要的	.

可以说，——而且没有任何其他事情比这更需要充足的新鲜空气和锻炼。

[tuː; tə] [ʃoʊ] [mɔːr] [prɪ'saɪsli] [haʊ] [ðə; ði] ['groʊɪŋ] [gɜːrl][ɪz]['ɪndʒərd][baɪ][ðə; ði] ['kɔːzɪz] [dʒʌst]

To	show	more	precisely	how	the	growing	girl	is	injured	by	the	causes	just
到	展示	更多的	恰恰	如何	这	生长	女孩	是	受伤	经过	这	原因	只是

['menʃ(ə)nd] [wʊd] [liːd] [ˌem 'iː][tuː; tə] [spiːk] [ʌv; əv]['sʌbdʒekts][ʌn'fɪt][fɔːr; fər] [fʊl] [dɪ'skʌʃ(ə)n] [ɪn] [ðiːz]

mentioned	would	lead	me	to	speak	of	subjects	unfit	for	full	discussion	in	these
提及	会	带领	我	到	说话	的	主题	不合格	为了	满的	讨论	在	这些

['peɪdʒɪz] ,

pages	,
页面	,

要更精确地说明上述原因如何伤害正在成长的女孩，就不得不谈到一些不适合在本文篇幅内详述的话题了。

[bʌt; bət][noʊ] ['θɔːtf(ə)l] ['riːdər] [kæn; kən][biː; bi] [mʌtʃ] [æt; ət][ə; eɪ] [lɔːs] [æz; əz][tuː; tə][maɪ] ['miːnɪŋ] .

but	no	thoughtful	reader	can	be	much	at	a	loss	as	to	my	meaning	.
但	不	周到	读者	能	是	很多	在	一个	损失	作为	到	我的	意义	.

但任何一位有思考能力的读者都不会对我的意思感到困惑。

[ðə; ði] ['faːloʊɪŋ] [riˈmaːks][aɪ] [oʊ] [tuː; tə][ðə; ði] [ɪk'spɪrɪəns] [ʌv; əv][ə; eɪ] [frend] , [[eɪt]] [ə; eɪ]['wʊmən] ,

The	following	remarks	I	owe	to	the	experience	of	a	friend	,	[	8	]	a	woman	,
这	下列的	评论	我	欠	到	这	经验	的	一个	朋友	,	[	8	]	一个	女士	,

以下这些话是我根据一位朋友的经历说的，[8] 她是一位女性，

[huː] ['kaɪndli] [pə'mɪts] [ˌem 'iː][tuː; tə][juːz][ðem; ðəm][ɪn] [fʊl] .

who	kindly	permits	me	to	use	them	in	full	.
WHO	亲切地	许可证	我	到	使用	他们	在	满的	.

感谢他允许我完整地使用这些素材。

[ðeɪ] [kəm'pliːt] [wʌt] [aɪ][hæv; həv] [speɪs] [tuː; tə][ˌeɪ diː 'diː][æz; əz][tuː; tə][ðə; ði] ['mætər] [ʌv; əv]

They	complete	what	I	have	space	to	add	as	to	the	matter	of
他们	完全的	什么	我	有	空间	到	添加	作为	到	这	事情	的

[ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] ,

education	,
教育	,

关于教育方面的问题，它们补充了我还有一些地方想补充的内容。

[ænd; ənd] [dɪ'zɜːrv] [tuː; tə][biː; bi] [riːd] [wɪð; wɪθ] [ker] [baɪ] ['evri] ['perənt][ænd; ənd][baɪ] ['evri] [wʌn]

and	deserve	to	be	read	with	care	by	every	parent	and	by	every	one
和	应得	到	是	读	和	关心	经过	每一个	父母	和	经过	每一个	一

[kən'sɜːrnd] [ɪn]['aʊər; ɑːr]['pʌblɪk] [skuːlz] .

concerned	in	our	public	schools	.
担心的	在	我们的	民众	学校	.

每一位家长和每一位关心公立学校的人都应该认真阅读。

" [ðer; ðər][kæn; kən][biː; bi][noʊ]['kwestʃən] [ðæt] [ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv] ['groʊɪŋ] ['gɝːlz][ɪz][ˌəuvə'tæksd] ;

"	There	can	be	no	question	that	the	health	of	growing	girls	is	overtaxed	;
"	那里	能	是	不	问题	那	这	健康	的	生长	女孩们	是	税负过重	;

毫无疑问，正在成长发育的女孩们的健康承受着过大的压力；

[bʌt; bət] , [ɪn][maɪ][ə'pɪnjən] , [ðɪs] [ɪz][ə; eɪ][vaɪs][ʌv; əv][ðə; ði][eɪdʒ] , [ænd; ənd][nɑːt][praɪ'merəli][ʌv; əv][ðə; ði]

but	,	in	my	opinion	,	this	is	a	vice	of	the	age	,	and	not	primarily	of	the
但	,	在	我的	观点	,	这	是	一个	副	的	这	年龄	,	和	不是	主要	的	这

[skuːlz] .

schools	.
学校	.

但依我之见，这是时代的弊病，而非学校的弊病。

[aɪ][hæv; həv][faʊnd] ['tiːtʃərz] [mɔːr] [ə'laɪv][tuː; tə][ˌaɪ 'tiː][ðæn; ðən]['perənts][ɔːr][ðə; ði]['dʒen(ə)rəl]['pʌblɪk] .

I	have	found	teachers	more	alive	to	it	than	parents	or	the	general	public	.
我	有	成立	教师	更多的	活	到	它	比	父母	或者	这	一般的	民众	.

我发现教师比家长或普通大众更能意识到这一点。

[ə'pɑ:n] [in'terəgeitiŋ] [ə; eɪ] [klæs] [ʌv; əv] ['fɔ:rti] ['gɜ˞:lz] , [ʌv; əv]['eɪdʒɪz]['veriɪŋ; 'væriɪŋ][frʌm; frəm] [twelv]

Upon	**interrogating**	**a**	**class**	**of**	**forty**	**girls**	**,**	**of**	**ages**	**varying**	**from**	**twelve**
之上	审讯	一个	班级	的	四十	女孩们	,	的	年龄	变化	从	十二

[tu:; tə] [ˌfɔ:r'ti:n] ,

to	**fourteen**	**,**
到	十四	,

在对四十名年龄在十二岁到十四岁之间的女孩进行询问后，

[aɪ] [faʊnd] [ðæt] [mɔ:r] [ðæn; ðən][hæf][ðə; ði] ['nʌmbər] [wɜ:r; wər] ['kɑ:nʃəs] [ʌv; əv] [lɔ:s] [ʌv; əv] [sli:p]

I	**found**	**that**	**more**	**than**	**half**	**the**	**number**	**were**	**conscious**	**of**	**loss**	**of**	**sleep**
我	成立	那	更多的	比	一半	这	数字	是	有意识的	的	损失	的	睡觉

[ænd; ənd] ['nɜ:rvəs] [ˌæprɪ'henʃn] [bɪ'fɔ:r] [ig,zæmi'neiʃənz] ;

and	**nervous**	**apprehension**	**before**	**examinations**	**;**
和	紧张的	忧虑	前	考试	;

我发现超过一半的人都意识到自己在考试前睡眠不足且神经紧张；

[bʌt; bət][aɪ] [dɪ'skʌvərd] , [ə'pɑ:n] ['fɜ:rðər] ['ɪnkwəri; ɪn'kwaɪəri] ,

but	**I**	**discovered**	**,**	**upon**	**further**	**inquiry**	**,**
但	我	发现	,	之上	更远	询问	,

但经过进一步询问，我发现：

[ðæt] ['nɪrli] [wʌn] - [hæf][ʌv; əv] [ðɪs] [klæs] [rɪ'si:vd] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] [ɪn][wʌn][ɔ:r] [tu:] ['bræntʃɪz] [ˌaʊt'saɪd]

that	**nearly**	**one**	**-**	**half**	**of**	**this**	**class**	**received**	**instruction**	**in**	**one**	**or**	**two**	**branches**	**outside**
那	几乎	一	-	一半	的	这	班级	已收到	操作说明	在	一	或者	二	分支	外部

[ʌv; əv][ðə; ði] [sku:l] [kə'rɪkjələm] ,

of	**the**	**school**	**curriculum**	**,**
的	这	学校	课程	,

这个班级里近一半的学生在学校课程之外还接受过一到两门学科的培训。

[wɪð; wɪθ][ðə; ði] [ɪn'tenʃ(ə)n] [ʌv; əv]['kwɑ:lə,faɪɪŋ][tu:; tə] [bɪ'kʌm] ['ti:tʃərz] .

with	**the**	**intention**	**of**	**qualifying**	**to**	**become**	**teachers**	**.**
和	这	意图	的	资格赛	到	变得	教师	.

目的是为了取得教师资格。

[aɪ][kʊd; kəd][get][noʊ][ˌɪnfər'meɪʃ(ə)n][æz; əz][tu:; tə] ['æpɪtaɪt] [ɔ:r]['daɪət] ; [ɔ:l][ʌv; əv][ðə; ði] [klæs] ,

I	**could**	**get**	**no**	**information**	**as**	**to**	**appetite**	**or**	**diet**	**;**	**all**	**of**	**the**	**class**	**,**
我	可以	得到	不	信息	作为	到	食欲	或者	饮食	;	全部	的	这	班级	,

我无法获得任何关于食欲或饮食方面的信息；全班同学，

[æz; əz][ðə; ði] ['ti:tʃər] [ɪn'fɔ:rmd] [ˌem 'i:] , ['bi:ɪŋ] [ə'ʃeɪmd] [tu:; tə] [gɪv] [ˌɪnfər'meɪʃ(ə)n][ɑ:n] ['kwestʃənz]

as	**the**	**teacher**	**informed**	**me**	**,**	**being**	**ashamed**	**to**	**give**	**information**	**on**	**questions**
作为	这	老师	知情的	我	,	存在	羞愧	到	给	信息	在	问题

[ʌv; əv][ðə; ði] ['teɪbl] .

of	**the**	**table**	**.**
的	这	桌子	.

正如老师告诉我的那样，我不好意思回答桌上的问题。

[ɪn][ðə; ði] [ə'pɪnjən] [ʌv; əv] [ðɪs] ['ti:tʃər] ,

In	**the**	**opinion**	**of**	**this**	**teacher**	**,**
在	这	观点	的	这	老师	,

这位老师认为，

['nɜ:rvəsnəs] [ænd; ənd] ['sli:pləsnəs] [ɑ:r; ər] ['sʌmwʌt] [du:] [tu:; tə] ['stʌdiz] [ænd; ənd][ɪn] - [dɔ:r]

nervousness	**and**	**sleeplessness**	**are**	**somewhat**	**due**	**to**	**studies**	**and**	**in**	**-**	**door**
紧张	和	失眠	是	有些	到期的	到	研究	和	在	-	门

['soʊʃ(ə)l] [ˌə'mju:zmənts] [ɪn] [ə'dɪʃ(ə)n] [tu:; tə]['regjələr] [sku:l] [wɜ:rk] ;

social	**amusements**	**in**	**addition**	**to**	**regular**	**school**	**work**	**;**
社会的	娱乐	在	添加	到	常规的	学校	工作	;

除了正常的学校作业外，学习和室内社交娱乐也在一定程度上导致了紧张和失眠；

[bʌt; bət] ['tʃi:fli] [tu:; tə] ['ɪgnərəns] [ɪn][ðə; ði][hoʊm][æz; əz][tu:; tə][ðə; ði] ['sɪmplɪst] [ru:lz] [ʌv; əv] ['helθi]

but	chiefly	to	ignorance	in	the	home	as	to	the	simplest	rules	of	healthy
但	主要	到	无知	在	这	家	作为	到	这	最简单的	规则	的	健康

['lɪvɪŋ] .

living	.
活的	.

但主要原因是家中缺乏对最基本健康生活规则的了解。

['nɪrli] [ɔ:l][ðə; ði]['gɜ:lz][ɪn] [ðɪs] [klæs] [drɪŋk][ə; eɪ][kʌp][ʌv; əv] [ti:] [bɪ'fɔ:r] ['li:vɪŋ] [hoʊm] ,

Nearly	all	the	girls	in	this	class	drink	a	cup	of	tea	before	leaving	home	,
几乎	全部	这	女孩们	在	这	班级	喝	一个	杯子	的	茶	前	离开	家	,

班上几乎所有女生出门前都会喝一杯茶。

[i:t] [ə; eɪ] [swi:t] ['bɪskɪt] [æz; əz] [ðeɪ] [wɔ:k] , ['hɜ:rid] [ænd; ənd] [leɪt] , [tu:; tə] [sku:l] ,

eat	a	sweet	biscuit	as	they	walk	,	hurried	and	late	,	to	school	,
吃	一个	甜的	饼干	作为	他们	走	,	慌忙	和	晚的	,	到	学校	,

他们一边匆匆忙忙地赶往学校，一边吃着甜饼干，迟到了。

[ænd; ənd] ['nʌθɪŋ] [els] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [goʊ][hoʊm][tu:; tə][ðer; ðər] ['dinəz] [æt; ət] [tu:] [ə'klɔk, əu-] .

and	nothing	else	until	they	go	home	to	their	dinners	at	two	o'clock	.
和	没有什么	别的	直到	他们	去	家	到	他们的	晚餐	在	二	点钟	.

直到下午两点回家吃晚饭之前，他们什么也不做。

[ɔ:l][ðer; ðər][breɪn] - [wɜ:rk][ɪn][ðə; ði] [sku:l] - [ru:m] [ɪz] [dʌn] [bɪ'fɔ:r] ['i:tɪŋ] ['eni] ['nɜ:rɪʃɪŋ] [fu:d] .

All	their	brain	-	work	in	the	school	-	room	is	done	before	eating	any	nourishing	food	.
全部	他们的	脑	-	工作	在	这	学校	-	房间	是	完毕	前	吃	任何	滋养	食物	.

他们在教室里所有的脑力劳动都是在吃任何营养食物之前完成的。

[ðə; ði] ['ti:tʃər] ['ri:əlaɪzd][ðə; ði][ɪn'dʒʊriəs] [ɪ'fekts] [ʌv; əv][ðə; ði]['prez(ə)nt] ['fɔ:rsɪŋ] ['sɪstəm] ,

The	teacher	realized	the	injurious	effects	of	the	present	forcing	system	,
这	老师	已实现	这	有害的	效果	的	这	展示	强制	系统	,

这位老师意识到了当前强制制度的有害影响。

[ænd; ənd] [sə'dʒestɪd] [wið'drɔɪŋ] [ðə; ði]['gɜ:lz][frʌm; frəm] [sku:l] [fɔ:r; fər][wʌn] [jɪr] [bɪ'twi:n] [ðə; ði]

and	suggested	withdrawing	the	girls	from	school	for	one	year	between	the
和	建议	撤退	这	女孩们	从	学校	为了	一	年	之间	这

['græmər] - [ænd; ənd] [haɪ] - [sku:l] [greɪdz] .

grammar	-	and	high	-	school	grades	.
语法	-	和	高的	-	学校	成绩	.

并建议让这些女孩在小学和高中之间休学一年。

[wen] [aɪ] [æskt] ['weðər] [ə; eɪ] ['betər] [rɪ'zʌlt] [wʊd] [nɑ:t][bi:; bi] [əb'teɪnd] [baɪ] ['ki:pɪŋ] [ðə; ði]['gɜ:lz]

When	I	asked	whether	a	better	result	would	not	be	obtained	by	keeping	the	girls
什么时候	我	问	无论	一个	更好的	结果	会	不是	是	获得	经过	保持	这	女孩们

[ɪn] [sku:l] ['dʊrɪŋ] [ðɪs] [ə'dɪʃən(ə)l] [jɪr] ,

in	school	during	this	additional	year	,
在	学校	期间	这	额外的	年	,

当我问如果让这些女孩多上一年学，是否会取得更好的结果时，

[bʌt; bət] [rɪ'li:vɪŋ] [ðə; ði] ['preʃər] [ʌv; əv] ['pjʊrli] ['ment(ə)l][wɜ:rk][baɪ][ðə; ði] [ˌɪntrə'dʌkʃ(ə)n] [θru:'aʊt]

but	relieving	the	pressure	of	purely	mental	work	by	the	introduction	throughout
但	缓解	这	压力	的	纯粹	精神的	工作	经过	这	介绍	自始至终

[ɔ:l][ðə; ði] [greɪdz] [ʌv; əv] ['bræntʃɪz] [ɪn] ['haʊshoʊld] [ɪ'kɑ:nəmi] ,

all	the	grades	of	branches	in	household	economy	,
全部	这	成绩	的	分支	在	家庭	经济	,

但是，通过在家庭经济的各个阶层引入各种分支，可以减轻纯粹脑力劳动的压力。

[ʃiː; ʃi] [sed] [ðɪs] [siːmd] [tuː; tə][hɜːr; hər][aɪ'diːəl] , [bʌt; bət] , [ʃiː; ʃi] [fɪrd] , [ɪm'præktɪkəbl] , [nɑːt]

she	said	this	seemed	to	her	ideal	,	but	,	she	feared	,	impracticable	,	not
她	说	这	似乎	到	她	理想的	,	但	,	她	害怕	,	不切实际	,	不是

[frʌm; frəm][ðə; ði]['neɪtʃər][ʌv; əv] [skuːlz] ,

from	the	nature	of	schools	,
从	这	自然	的	学校	,

她说这在她看来似乎是理想的，但她担心这不切实际，并非学校的性质所致。

[bʌt; bət][frʌm; frəm][ðə; ði]['neɪtʃər][ʌv; əv] ['bɔrdz] .

but	from	the	nature	of	boards	.
但	从	这	自然	的	板	.

但这是板材本身的特性决定的。

" [ə; eɪ] ['lætn] ['grædʒueɪtɪŋ] [klæs] [ʌv; əv]['sev(ə)n]['gɜːlz] , [eɪdʒd] [ˌsev(ə)n'tiːn] [ænd; ənd] [ˌeɪ'tiːn] ['jɪrz] ,

"	A	Latin	graduating	class	of	seven	girls	,	aged	seventeen	and	eighteen	years	,
"	一个	拉丁	毕业	班级	的	七	女孩们	,	老年人	十七	和	十八	年	,

"一个由七名十七、十八岁女生组成的拉丁语毕业班，

['steɪtɪd] [ðæt] [ðeɪ] [duː][ðer; ðər][wɜːrk] [wɪ'ðaʊt] ['nɜːrvəsnəs] , ['restləsnəs] , [ɔːr] [ˌæprɪ'henʃn] .

stated	that	they	do	their	work	without	nervousness	,	restlessness	,	or	apprehension	.
声明	那	他们	做	他们的	工作	没有	紧张	,	躁动不安	,	或者	忧虑	.

他们表示，他们在工作中不会感到紧张、焦躁或担忧。

" [ðɪs] , [wɪð; wɪθ] ['ʌðər] [stə'tɪstɪks] ,

"	This	,	with	other	statistics	,
"	这	,	和	其他	统计数据	,

"结合其他统计数据，

[wʊd] [siːm] [tuː; tə] [ber] [aʊt][jʊr; jər] ['θiːəri] [ðæt] ['æftər][ˌsev(ə)n'tiːn] ['gɜːlz] [meɪ] ['stʌdi] [wɪð; wɪθ] [mʌtʃ]

would	seem	to	bear	out	your	theory	that	after	seventeen	girls	may	study	with	much
会	似乎	到	熊	出去	你的	理论	那	后	十七	女孩们	可能	学习	和	很多

[les] [rɪsk][tuː; tə] [helθ] .

less	risk	to	health	.
较少的	风险	到	健康	.

这似乎证实了你的理论，即十七岁以后，女孩学习对健康的风险会大大降低。

" [soʊ][fɑːr][æz; əz][aɪ][hæv; həv] [əb'zɜːrvd] ,

"	So	far	as	I	have	observed	,
"	所以	远的	作为	我	有	观察到	,

"就我观察而言，

[ðə; ði] [streɪn] [ɔːr][ter; tɪ(ə)r][ɪz] ['tʃiːfli] [ɪn][ðə; ði] [keɪs] [ʌv; əv]['gɜːlz] ['stʌdiɪŋ] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] ['tiːtʃərz] .

the	strain	or	tear	is	chiefly	in	the	case	of	girls	studying	to	become	teachers	.
这	拉紧	或者	撕	是	主要	在	这	案件	的	女孩们	学习	到	变得	教师	.

这种拉伤或撕裂主要发生在立志成为教师的女生身上。

[ðiːz] ['gɜːlz]['ɔːf(ə)n] [pres] ['fɔːrwərd] [tuː] ['ræpɪdli][fɔːr; fər][ðə; ði] ['pɜːrpəs] [ʌv; əv] [bɪ'kʌmɪŋ] [self] -

These	girls	often	press	forward	too	rapidly	for	the	purpose	of	becoming	self	-
这些	女孩们	经常	按	向前	也	快速	为了	这	目的	的	成为	自己	-

[sə'pɔːrtɪŋ] [æt; ət][ðə; ði][eɪdʒ][ʌv; əv] [ˌeɪ'tiːn] .

supporting	at	the	age	of	eighteen	.
支持	在	这	年龄	的	十八	.

这些女孩往往为了在十八岁时能够自食其力而操之过急。

[ðə; ði][beɪt][ʌv; əv][ə; eɪ]['sæləri] , [ænd; ənd][ə; eɪ] [gʊd] ['sæləri][fɔːr; fər][wʌn] ['entərɪŋ] [ə'pɑːn][ə; eɪ]

The	bait	of	a	salary	,	and	a	good	salary	for	one	entering	upon	a
这	饵	的	一个	薪水	,	和	一个	好的	薪水	为了	一	进入	之上	一个

[prə'feʃ(ə)n] ,

profession	,
职业	,

薪水的诱惑，尤其是对于刚入行的人来说，一份不错的薪水。

['lʊrz] [ðem; ðəm][ɑːn] ;
lures **them** **on** **;**
诱饵 他们 在 ;

引诱他们上钩;

[ænd; ənd][ə; eɪ] [fɔːls] ['sɪmpəθi] [ɪn] ['membər] [ʌv; əv] ['bɔrdz] [ænd; ənd] [kə'mitiz] [lendz] [ɪt'self][tuː; tə]
and **a** **false** **sympathy** **in** **members** **of** **boards** **and** **committees** **lends** **itself** **to**
和 一个 错误的 同情 在 成员 的 板 和 委员会 借贷 本身 到
[ðɪs] [ɪn'dʒʊriəs] ['kræmɪŋ] .
this **injurious** **cramming** **.**
这 有害的 临时抱佛脚 .

董事会和委员会成员的虚假同情心助长了这种有害的强加做法。

" ['aʊər; ɑːr] [oʊn] ['nɔːrm(ə)l] [skuːl] , [[naɪn]] [wɪtʃ] [ɪz] ['duːɪŋ] [ə; eɪ] [greɪt] , [æn; ən][ˌɪndɪ'spensəb(ə)l] ,
" **Our** **own** **normal** **school** **,** **[** **9** **]** **which** **is** **doing** **a** **great** **,** **an** **indispensable** **,**
" 我们的 自己的 普通的 学校 , [9] 哪个 是 正在做 一个 伟大的 , 一个 必不可少 ,

“我们自己的师范学校[9]做得非常出色，不可或缺，

[wɜːrk][ɪn] [prɪ'peərɪŋ] [ə; eɪ] [treɪnd] ['bɑːdi][ʌv; əv]['feɪθf(ə)l] , [ɪn'telɪdʒənt] ['tiːtʃərz] , [hæz; həz] [sə'kʌmd]
work **in** **preparing** **a** **trained** **body** **of** **faithful** **,** **intelligent** **teachers** **,** **has** **succumbed**
工作 在 准备 一个 受过训练 身体 的 忠实 , 聪明的 教师 , 有 屈服了
[tuː; tə] [ðɪs] [ɪn'dʒʊriəs] ['tendənsi] .
to **this** **injurious** **tendency** **.**
到 这 有害的 趋势 .

培养一批训练有素、忠诚、聪颖的教师的工作，已经屈服于这种有害的倾向。

[wiː; wi][hæv; həv] [hɪr] [ðə; ði] [haɪ] [ænd; ənd]['nɔːrm(ə)l] [greɪdz] ['mɜːdʒd] ['ɪntuː][wʌn] ,
We **have** **here** **the** **high** **and** **normal** **grades** **merged** **into** **one** **,**
我们 有 这里 这 高的 和 普通的 成绩 合并 进入 一 ,

这里把高分和普通分合并成了一个等级。

[ðə; ði] ['pɪriəd] [ʌv; əv] [ˌædə'les(ə)ns] ['strɪkən] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði]['gɜːlz] [skuːl] [laɪf] ,
the **period** **of** **adolescence** **stricken** **out** **of** **the** **girl's** **school** **life** **,**
这 时期 的 青春期 受打击的 出去 的 这 女孩们 学校 生活 ,

女孩的校园生活中被抹去了青春期。

[ænd; ənd] ['meni] ['hʌndrədz] [ʌv; əv]['gɜːlz] ['hɜːrid] ['ænjuəli] ['fɔːrwərd] [bɪ'jɑːnd] [ðer; ðər] ['fɪzɪk(ə)l] [ɔːr]
and **many** **hundreds** **of** **girls** **hurried** **annually** **forward** **beyond** **their** **physical** **or**
和 许多 数百 的 女孩们 慌忙 每年 向前 超过 他们的 身体的 或者
['ment(ə)l][kə'pæsəti] ,
mental **capacity** **,**
精神的 容量 ,

每年都有成百上千的女孩被强行推上战场，远远超出她们的生理或心理承受能力。

[ɪn] [æd'væns] [ʌv; əv][ðer; ðər] ['fɪzɪk(ə)l] [groʊθ] ,
in **advance** **of** **their** **physical** **growth** **,**
在 进步 的 他们的 身体的 生长 ,

在他们身体发育之前，

[fɔːr; fər][ðə; ði] [seɪk] [ʌv; əv] [ðoʊz] [huː] ['kænɑːt] [ə'fɔːrd][tuː; tə] [rɪ'meɪn] [ɪn] [skuːl] [wʌn][ɔːr] [tuː] ['jɪrz]
for **the** **sake** **of** **those** **who** **cannot** **afford** **to** **remain** **in** **school** **one** **or** **two** **years**
为了 这 清酒 的 那些 WHO 不能 买得起 到 保持 在 学校 一 或者 二 年
[lɔːŋgər] .
longer **.**
更长 .

为了那些无力继续在学校待上一两年的学生。

[aɪ] [seɪ] [ðɪs] [ˌnɑːtwɪθ'stændɪŋ] [ðə; ði][fækt] [ðæt] [ðɪs] [skuːl] [ɪz] , [ɪn][maɪ] [ə'pɪnjən] ,
I **say** **this** **notwithstanding** **the** **fact** **that** **this** **school** **is** **,** **in** **my** **opinion** **,**
我 说 这 虽然 这 事实 那 这 学校 是 , 在 我的 观点 ,

尽管如此，我仍然这样说，尽管在我看来，这所学校.....

[wʌn][ʌv; əv][ðə; ði][moʊst]['poʊt(ə)nt]['eɪdʒənsiz][fɔːr; fər] [gʊd] [ɪn][ðə; ði] [kə'mjuːnəti] . "

one	of	the	most	potent	agencies	for	good	in	the	community	.	"
一	的	这	最多	强效	机构	为了	好的	在	这	社区	.	"

“它是社区中最有影响力的公益机构之一。”

" [ˌoʊvər'preʃər] [ɪn] [skuːl] [ə'pɪrz] [tuː; tə][ˌem 'iː][tuː; tə][biː; bi][ə; eɪ] [dɪ'ziːz] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi]['pɑːlətɪk]

"	Overpressure	in	school	appears	to	me	to	be	a	disease	of	the	body	politic
"	超压	在	学校	出现	到	我	到	是	一个	疾病	的	这	身体	政治

[frʌm; frəm] [wɪtʃ] [ðɪs] ['membər] ['sʌfəz] ;

from	which	this	member	suffers	;
从	哪个	这	成员	遭受	;

“在我看来，学校里的过度压力似乎是这个政治体的一种疾病，而这位议员正深受其害；

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː]['ɔːlsoʊ] [siːmz] [tuː; tə][ˌem 'iː] [ðæt] [ðɪs] [væst] [skuːl] ['sɪstəm] [ɪz][ðə; ði][moʊst]['paʊərf(ə)l]

but	it	also	seems	to	me	that	this	vast	school	system	is	the	most	powerful
但	它	还	似乎	到	我	那	这	广阔的	学校	系统	是	这	最多	强大的

['eɪdʒənsi][fɔːr; fər][ðə; ði] [kə'rekʃn] [ʌv; əv][ðə; ði]['iːv(ə)l] .

agency	for	the	correction	of	the	evil	.
机构	为了	这	更正	的	这	邪恶的	.

但在我看来，这个庞大的教育体系也是纠正这种邪恶现象的最有力机构。

[ɪn][ðə; ði] [keɪs] [ʌv; əv]['gɝːlz] ,

In	the	case	of	girls	,
在	这	案件	的	女孩们	,

就女孩而言，

[ðə; ði][fɜːrst]['prɪnsəp(ə)l][tuː; tə][biː; bi] ['rekəgnaɪzd] [ɪz] [ðæt] [ðə; ði][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n][ʌv; əv] ['wɪmɪn] [ɪz][ə; eɪ]

the	first	principle	to	be	recognized	is	that	the	education	of	women	is	a
这	第一的	原则	到	是	认可	是	那	这	教育	的	女性	是	一个

['prɑːbləm][baɪ][ɪt'self] ;

problem	by	itself	;
问题	经过	本身	;

首先要认识到的是，女性教育本身就是一个问题；

[ðæt] , [ɪn][ɔːl][ɪts] ['loʊər] [greɪdz] [æt; ət][ɔːl] [ɪ'vents] ,

that	,	in	all	its	lower	grades	at	all	events	,
那	,	在	全部	它是	降低	成绩	在	全部	活动	,

至少在其所有较低等级中，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt][tuː; tə][biː; bi][leɪd] [daʊn] [ɪg'zæktli][ə'pɑːn][ðə; ði][laɪnz][ʌv; əv][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n][fɔːr; fər] [bɔɪz] .

it	is	not	to	be	laid	down	exactly	upon	the	lines	of	education	for	boys	.
它	是	不是	到	是	铺设	向下	确切地	之上	这	线条	的	教育	为了	男孩们	.

它不能完全照搬男孩教育的模式。

" [ðə; ði] [skuːl] ['sɪstəm] [meɪ] [biː; bi] [meɪd] [ə; eɪ] ['fɔːrsfl] ['eɪdʒənsi][fɔːr; fər] ['bɪldɪŋ] [ʌp][ðə; ði]['fæməli] ,

"	The	school	system	may	be	made	a	forceful	agency	for	building	up	the	family	,
"	这	学校	系统	可能	是	制成	一个	有力	机构	为了	建筑	向上	这	家庭	,

“学校系统可以成为建设家庭的有力机构，

[ænd; ənd][ðə; ði] [ɪn'tegrəti] [ʌv; əv][ðə; ði] [hoʊm] [ɪz] [wɪ'ðaʊt] [daʊt] [ðə; ði] ['vaɪt(ə)l] ['kwestʃən] [ʌv; əv][ðə; ði]

and	the	integrity	of	the	home	is	without	doubt	the	vital	question	of	the
和	这	正直	的	这	家	是	没有	怀疑	这	必不可少的	问题	的	这

[eɪdʒ] .

age	.
年龄	.

毫无疑问，家庭的完整性是这个时代至关重要的问题。

" ['edwərd] ['evərit] [heɪl] , [wɪð; wɪθ][hɪz; ɪz][fɑ:r]['spɪrɪtʃuəl] [saɪt] , [hæz; həz] [di'sə:nd] [ðə; ði] [nə'sesəti]

" Edward Everett Hale , with his far spiritual sight , has discerned the necessity

" 爱德华 埃弗雷特 黑尔 , 和 他的 远的 精神 视线 , 有 辨别 这 必要性

[fɔ:r; fər] [rɪ'stɔrɪŋ] [hoʊm] ['treɪnɪŋ] ,

for restoring home training ,

为了 恢复 家 训练 ,

“爱德华·埃弗雷特·黑尔凭借其远见卓识，认识到恢复家庭训练的必要性。”

[ænd; ənd] ['ædvəkeɪts] , [tu:; tə] [ðɪs] [end] , [ʃɔ:rt] [sku:l] [tɜ:rmz][ʌv; əv][ə; eɪ] [fju:] [wi:ks] ['ænjuəli] .

and advocates , to this end , short school terms of a few weeks annually .

和 倡导者 , 到 这 结尾 , 短的 学校 条款 的 一个 很少 周 每年 .

为此，他们提倡每年只开学几周的短期学期。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz]['prɑ:bəb(ə)l] [ðæt] [ɪn][ðə; ði]['fju:tʃər] ['meni] [sku:l] [dɪ'pɑ:tmənts] [wɪl] [bi:; bi] ['religeitid] [tu:; tə]

It is probable that in the future many school departments will be relegated to

它 是 可能 那 在 这 未来 许多 学校 部门 将要 是 降级 到

[ðə; ði] [hoʊm] ,

the home ,

这 家 ,

未来，许多学校部门很可能会转移到家庭内部。

[bʌt; bət][ðə; ði]['hoʊmz][ɑ:r; ər][nɑ:t] [naʊ] [prɪ'perd] [tu:; tə] [ə'su:m] [ði:z] ['du:tiz] .

but the homes are not now prepared to assume these duties .

但 这 房屋 是 不是 现在 准备 到 认为 这些 职责 .

但这些房屋目前还没有做好承担这些责任的准备。

" [wen] [ˌaɪ 'ti:][wʌz; wəz] [dɪ'skʌvərd] [ðæt] ['sɪtəznz] [mʌst; məst][bi:; bi] [prɪ'perd] [fɔ:r; fər][ðer; ðər]

" When it was discovered that citizens must be prepared for their

" 什么时候 它 曾是 发现 那 公民 必须 是 准备 为了 他们的

[pə'lɪtɪk(ə)l] ['du:tiz] [ðə; ði] [sku:lz] [wɜ:r; wər]['oʊpənd] ;

political duties the schools were opened ;

政治的 职责 这 学校 是 打开 ;

“当人们发现公民必须为他们的政治职责做好准备时，学校就开办了；

[bʌt; bət][ðə; ði] [mi:nz] [soʊ][fɑ:r] [bɪ'keɪm] [æn; ən][end] [ðæt] ['i:v(ə)n] ['wɪmɪn] [wɜ:r; wər]['edʒukeɪtɪd]['oʊnli][ɪn]

but the means so far became an end that even women were educated only in

但 这 方法 所以 远的 成为 一个 结尾 那 甚至 女性 是 受过教育 仅有的 在

[ðə; ði][də'rekʃ(ə)nz] [wɪtʃ] [ber] [ə'pɑ:n]['pʌblɪk][ænd; ənd][nɑ:t][ə'pɑ:n] ['haʊshoʊld] [ɪ'kɑ:nəmi] .

the directions which bear upon public and not upon household economy .

这 方向 哪个 熊 之上 民众 和 不是 之上 家庭 经济 .

但手段却变成了目的，以至于连妇女也只接受与公共经济而非家庭经济相关的教育。

[ðə; ði][wɜ:rdz][ʌv; əv] [staɪn] ,

The words of Stein ,

这 字 的 斯坦因 ,

斯坦因的话

[ðæt] - [wʌt] [wi:; wi] [pʊt]['ɪntu:][ðə; ði] [sku:lz] [wɪl] [kʌm] [aʊt][ɪn][ðə; ði] ['mænhʊd] [ʌv; əv][ðə; ði]['neɪʃ(ə)n]

that ' what we put into the schools will come out in the manhood of the nation

那 - 什么 我们 放 进入 这 学校 将要 来 出去 在 这 男子气概 的 这 国家

['æftərwərd] ,

afterward ,

之后 ,

“我们投入学校的教育，最终会体现在国家男人的品格上。”

- ['kænɑ:t][bi:; bi] [tu:] ['ɔ:f(ə)n]['kwoʊtɪd] .

' cannot be too often quoted .

- 不能 是 也 经常 引 .

这句话怎么引用都不为过。

[let] ['bræntʃɪz] [ɪn] ['haʊshoʊld] [ɪ'kɑːnəmi] [biː; bi] [kə'nektɪd] [wɪð; wɪθ][ɔːl][ðə; ði]['dʒen(ə)rəl][æz; əz]

Let	branches	in	household	economy	be	connected	with	all	the	general	as
让	分支	在	家庭	经济	是	连接	和	全部	这	一般的	作为

[dɪ'stɪŋgwɪʃt] [frʌm; frəm]['nɔːrm(ə)l] - [skuːl] [greɪdz] ,

distinguished	from	normal	-	school	grades	,
杰出的	从	普通的	-	学校	成绩	,

让家庭经济的各个部门与所有普通阶层（区别于普通学校阶层）联系起来，

[ænd; ənd][wiː; wi][nɑːt]['oʊnli] [rɪ'liːv] [ðə; ði][gɜːrl] [ɪ'miːdiətli] [ʌv; əv][ðə; ði] [streɪn] [ʌv; əv] ['wɜːrkɪŋ]

and	we	not	only	relieve	the	girl	immediately	of	the	strain	of	working
和	我们	不是	仅有的	缓解	这	女孩	立即地	的	这	拉紧	的	在职的

[wɪð; wɪθ] [ˌɪnsə'fɪʃ(ə)nt] [fuːd] ,

with	insufficient	food	,
和	不足的	食物	,

我们不仅立即减轻了女孩因食物不足而承受的压力，

[ænd; ənd][ʌv; əv][ə'kwaɪrɪŋ, ə'kwaɪɜ-ɪŋ] [skɪl] [ɪn] ['haʊshoʊld] ['duːtiz] [ɪn] [ə'dɪʃ(ə)n] [tuː; tə][ðə; ði] [skuːl]

and	of	acquiring	skill	in	household	duties	in	addition	to	the	school
和	的	收购	技能	在	家庭	职责	在	添加	到	这	学校

[kə'rɪkjələm] ,

curriculum	,
课程	,

除了学校课程外，还要掌握家务技能。

[wiː; wi][nɑːt]['oʊnli]['sɪmplɪfaɪ][ænd; ənd]['hɑːrmənaɪz][hɜːr; hər][wɜːrk] ,

we	not	only	simplify	and	harmonize	her	work	,
我们	不是	仅有的	简化	和	协调	她	工作	,

我们不仅简化和协调了她的作品，

[bʌt; bət][wiː; wi][send] [aʊt] [ɪn] ['evri] [keɪs] [ə; eɪ]['wʊmən] [prɪ'perd] [tuː; tə] ['kæri] [ðɪs] [nuː] ['ɪnfluəns]

but	we	send	out	in	every	case	a	woman	prepared	to	carry	this	new	influence
但	我们	发送	出去	在	每一个	案件	一个	女士	准备	到	携带	这	新的	影响

['ɪntuː][ɔːl][hɜːr; hər]['fjuːtʃər][laɪf] ,

into	all	her	future	life	,
进入	全部	她	未来	生活	,

但我们每次都会派出一位准备好将这种新影响带入她未来生活的女性。

['iːv(ə)n] [ɪf] [ə; eɪ][lɑːrdʒ] ['nʌmbər] [ʌv; əv] [ðiːz] ['wɪmɪn] [ʃʊd; ʃəd] [ɪ'ventʃuəli] [pər'suː] ['speʃ(ə)l][ɔːr] ['haɪər]

even	if	a	large	number	of	these	women	should	eventually	pursue	special	or	higher
甚至	如果	一个	大的	数字	的	这些	女性	应该	最终	追求	特别的	或者	更高

['teknɪk(ə)l] ['bræntʃɪz] ;

technical	branches	;
技术的	分支	;

即使其中许多女性最终会从事特殊或更高层次的技术分支；

[fɔːr; fər][wiː; wi][ɑːr; ər] ['wɪmɪn] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi][ɑːr; ər] ['tiːtʃərz] , ['lɔjɜ-z, 'lɔɪɜ-z] , [fɪ'zɪʃnz] ,

for	we	are	women	before	we	are	teachers	,	lawyers	,	physicians	,
为了	我们	是	女性	前	我们	是	教师	,	律师	,	医生	,

[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . ,

etc	.	,
ETC	.	,

因为我们首先是女性，然后才是教师、律师、医生等等。

[ænd; ənd] [ɪf] [wiː; wi][ɑːr; ər][tuː; tə][ˌeɪ diː 'diː] ['eniθɪŋ] [ʌv; əv] [dɪ'stɪŋktɪv] ['vælјuː][tuː; tə][ðə; ði][wɜːrld][baɪ]

and	if	we	are	to	add	anything	of	distinctive	value	to	the	world	by
和	如果	我们	是	到	添加	任何事物	的	独特的	价值	到	这	世界	经过

['entərɪŋ] [ə'pɑːn][ðə; ði] [fiːldz] [ʌv; əv][wɜːrk] [ˌhɪðər'tuː] [prɪ] - ['ɛmptɪd, 'ɛmtɪd][baɪ][men] ,

entering	upon	the	fields	of	work	hitherto	pre	-	empted	by	men	,
进入	之上	这	字段	的	工作	迄今为止	预	-	空的	经过	男人	,

如果我们想要通过进入此前由人类占据的工作领域，为世界增添任何独特的价值，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi][baɪ][ðə; ði] [ɪ'senʃ(ə)l] ['kwɑːlətɪ][ʌv; əv] [ðɪs] [nuː] ['femənɪn] ['elɪmənt] .

it	will	be	by	the	essential	quality	of	this	new	feminine	element	.
它	将要	是	经过	这	基本的	质量	的	这	新的	女性	元素	.

这将是源于这种新的女性特质的。

" [ðə; ði] [streɪn] [ɪn][ɔːl] [wɜːrk] [kʌmz] ['tʃiːfli] [frʌm; frəm] [læk] [ʌv; əv][ˌkwɑːlɪfɪ'keɪʃ(ə)n][baɪ] ['treɪnɪŋ] [ɔːr]

"	The	strain	in	all	work	comes	chiefly	from	lack	of	qualification	by	training	or
"	这	拉紧	在	全部	工作	来	主要	从	缺少	的	资格	经过	训练	或者

['neɪtʃər] [fɔːr; fər][ðə; ði][wɜːrk][ɪn][hænd] ,

nature	for	the	work	in	hand	,
自然	为了	这	工作	在	手	,

“所有工作中的压力主要来源于缺乏从事手头工作的培训或天赋方面的资格。”

- - [ter; tɪ(ə)r][ɪn] [pleɪs] [ʌv; əv] [wer] .

-	-	tear	in	place	of	wear	.
-	-	撕	在	地方	的	穿	.

——撕裂代替磨损。

[ðə; ði] [skuːlz] [kæn; kən] [rɪ'stɔːr] [ðə; ði][aɪ'diːəl][ʌv; əv]['kwaɪət][wɜːrk] .

The	schools	can	restore	the	ideal	of	quiet	work	.
这	学校	能	恢复	这	理想的	的	安静的	工作	.

学校可以恢复安静学习的理想。

[ðeɪ] [hæv; həv][æn; ən] [ɪ'mens] [əd'væntɪdʒ] [ɪn][ˌregju'lærətɪ] , ['dɪsəplɪn] , [taɪm] .

They	have	an	immense	advantage	in	regularity	,	discipline	,	time	.
他们	有	一个	巨大	优势	在	规律性	,	纪律	,	时间	.

他们在规律性、纪律性和时间观念方面具有巨大优势。

[ðɪs] [væst] ['sɪstəm] ['gɪvz] [æn; ən] [ˌɑːpər'tuːnətɪ] , [sʌtʃ] [æz; əz][noʊ] ['praɪvət] [skuːlz] ['ɔːfər] ,

This	vast	system	gives	an	opportunity	,	such	as	no	private	schools	offer	,
这	广阔的	系统	给予	一个	机会	,	这样的	作为	不	私人的	学校	提供	,

这个庞大的体系提供了一个私立学校无法提供的机会。

[fɔːr; fər] [ˌæsə'teɪn] [ðə; ði] ['ævərɪdʒ] [wɜːrk] [wɪtʃ] [ɪz] ['helθf(ə)l] [fɔːr; fər] ['groʊɪŋ] ['gɝːlz] .

for	ascertaining	the	average	work	which	is	healthful	for	growing	girls	.
为了	确定	这	平均的	工作	哪个	是	健康的	为了	生长	女孩们	.

确定对成长中的女孩有益的平均工作量。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][kwaɪt]['pɑːsəb(ə)l][tuː; tə] [ˌæsər'teɪn] , ['weðər] [baɪ] ['wɪmɪn] ['medɪk(ə)l]['ɑːfəsərz] [ə'pɔɪntɪd]

It	is	quite	possible	to	ascertain	,	whether	by	women	medical	officers	appointed
它	是	相当	可能的	到	探明	,	无论	经过	女性	医疗的	警官	任命

[tuː; tə] [ðɪs] [end] ,

to	this	end	,
到	这	结尾	,

完全有可能通过为此目的任命的女医务人员来确定，

[ɔːr][baɪ][ðə; ði] ['tiːtʃərz] [ðəm'selvz] , [ðə; ði] ['fɪzɪk(ə)l] [kə'pæsətɪ][ʌv; əv] [iːtʃ] [gɜːrl] ,

or	by	the	teachers	themselves	,	the	physical	capacity	of	each	girl	,
或者	经过	这	教师	他们自己	,	这	身体的	容量	的	每个	女孩	,

或者由老师们自己来判断，每个女孩的身体能力，

[ænd; ənd][tuː; tə] [pleɪs] [hɜːr; hər] [wer] [ðɪs] [wɪl] [nɑːt][biː; bi] [ɪk'siːdɪd] .

and	to	place	her	where	this	will	not	be	exceeded	.
和	到	地方	她	在哪里	这	将要	不是	是	超出	.

并将她安置在不会超过这个限度的地方。

['gɝːlz] [treɪnd] [ɪn] [skuːl] ['ʌndər] [sʌtʃ] [waɪz][ˌsuːpər'vɪʒ(ə)n] [wʊd] [goʊ] [aʊt] ['ɪntuː][laɪf]['kwɑːlɪfaɪd][tuː; tə]

Girls	trained	in	school	under	such	wise	supervision	would	go	out	into	life	qualified	to
女孩们	受过训练	在	学校	在下面	这样的	明智的	监督	会	去	出去	进入	生活	合格的	到

[gɑːrd] [ðə; ði] ['tʃɪldrən] [ʌv; əv][ðə; ði]['fjuːtʃər] .

guard	the	children	of	the	future	.
警卫	这	孩子们	的	这	未来	.

在这样明智的指导下接受学校培训的女孩们，将来会具备守护未来儿童的资格。

[ðə; ði] [tʃiːf] [kɔːz] [ʌv; əv][ˌoʊvər'wɜːrk][ʌv; əv] ['tʃɪldrən] [æt; ət]['prez(ə)nt][ɪz][ðə; ði] ['ɪgnərəns] [ʌv; əv]

The	chief	cause	of	overwork	of	children	at	present	is	the	ignorance	of
这	首席	原因	的	过度劳累	的	孩子们	在	展示	是	这	无知	的

['perənts] [æz; əz][tuː; tə][ðə; ði][ɪn'dʒʊriəs] [ɪ'fekts] [ʌv; əv][ˌoʊvər'wɜːrk] ,

parents	as	to	the	injurious	effects	of	overwork	,
父母	作为	到	这	有害的	效果	的	过度劳累	,

目前儿童过度劳累的主要原因是家长对过度劳累的危害缺乏了解。

[ænd; ənd][ʌv; əv][ðə; ði][saɪnz][ʌv; əv][ɪts] ['ɪnfluəns] .

and	of	the	signs	of	its	influence	.
和	的	这	标志	的	它是	影响	.

以及其影响的迹象。

" [ðə; ði][fɜːrst][step] [tɔːrd] [ðə; ði] [rɪ'liːf] [ʌv; əv]['oʊvər] - ['preʃər] [ænd; ənd] [fɔːls] ['stɪmjələs][ɪz][tuː; tə]

"	The	first	step	toward	the	relief	of	over	-	pressure	and	false	stimulus	is	to
"	这	第一的	步	朝向	这	宽慰	的	超过	-	压力	和	错误的	刺激	是	到

[dɪ'skɑːrd][ðə; ði] [pər'nɪʃəs] [aɪ'diːə] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] ['fʌŋkʃ(ə)n] [ʌv; əv][ðə; ði]['nɔːrm(ə)l] [skuːl] [tuː; tə]

discard	the	pernicious	idea	that	it	is	the	function	of	the	normal	school	to
丢弃	这	有害	主意	那	它	是	这	功能	的	这	普通的	学校	到

['ɔːfər][tuː; tə] ['evri] [gɜːrl][ɪn][ðə; ði] [kə'mjuːnəti] [ðə; ði] [ˌɑːpər'tuːnəti] [fɔːr; fər] [bɪ'kʌmɪŋ] [ə; eɪ] ['tiːtʃər] .

offer	to	every	girl	in	the	community	the	opportunity	for	becoming	a	teacher	.
提供	到	每一个	女孩	在	这	社区	这	机会	为了	成为	一个	老师	.

"缓解过度压力和错误刺激的第一步是摒弃这种有害的想法，即师范学校的职责是为社区中的每个女孩提供成为教师的机会。"

[ðɪs] [ˌʌn'hoʊlsəm] ['fiːtʃər] [ɪz][ðə; ði][wʌn] [dɪ'stɪŋktɪv] [streɪn] [wɪtʃ] [mʌst; məst][biː; bi] [rɪ'muːvd]

This	unwholesome	feature	is	the	one	distinctive	strain	which	must	be	removed
这	不健康的	特征	是	这	一	独特的	拉紧	哪个	必须	是	已移除

[frʌm; frəm][ðə; ði] ['sɪstəm] .

from	the	system	.
从	这	系统	.

这种不健康的因素是必须从系统中去除的唯一独特缺陷。

[ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [dʌn] [prə'vaɪdɪd]['pʌblɪk][ænd; ənd][pə'lɪtɪk(ə)l] ['sentɪmənt] [ə'pruːv] .

It	can	be	done	provided	public	and	political	sentiment	approve	.
它	能	是	完毕	假如	民众	和	政治的	情绪	批准	.

只要公众舆论和政治舆论支持，这件事就能做到。

[ðə; ði]['nɔːrm(ə)l] [skuːl] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['oʊnli][ə; eɪ] [dɪ'vaɪs] [fɔːr; fər] [si'kjuəɪŋ][ðə; ði] [best] ['pɑːsəb(ə)l]['bɑːdi]

The	normal	school	should	be	only	a	device	for	securing	the	best	possible	body
这	普通的	学校	应该	是	仅有的	一个	设备	为了	确保	这	最好的	可能的	身体

[ʌv; əv] ['tiːtʃərz] .

of	teachers	.
的	教师	.

普通学校应该只是确保拥有最优秀教师队伍的一种手段。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['teknɪk(ə)l] .

It	should	be	technical	.
它	应该	是	技术的	.

它应该是技术性的。

" ['evri] ['tiːtʃər] [noʊz] [ðæt] [ðə; ði] ['ævərɪdʒ] [gɜːrl][ʌv; əv] [ˌsev(ə)n'tiːn] [hæz; həz][nɑːt] [riːtʃt] [ðə; ði]

"	Every	teacher	knows	that	the	average	girl	of	seventeen	has	not	reached	the
"	每一个	老师	知道	那	这	平均的	女孩	的	十七	有	不是	达到	这

['fɪzɪk(ə)l] ,

physical	,
身体的	,

每个老师都知道，十七岁的女孩平均身体发育还没有达到预期水平。

['ment(ə)l] , [ɔ:r]['mɔ:rəl] [dɪ'veləpmənt] ['nesəseri] [tu:; tə]['entər][ə'pɑ:n] [ðɪs] [sɪ'vɪr] [ænd; ənd] [haɪ]

mental	,	or	moral	development	necessary	to	enter	upon	this	severe	and	high
精神的	,	或者	道德	发展	必要的	到	进入	之上	这	严重	和	高的

[prə'feʃən(ə)l] [kɔ:rs] [ʌv; əv] ['stʌdiz] ,

professional	course	of	studies	,
专业的	课程	的	研究	,

进入这项严苛的高难度专业学习课程，需要具备必要的心理或道德发展能力。

[ænd; ənd] [ðæt] [wʌn] [jɪr] [ɪz] [ˌɪnsə'fɪʃ(ə)nt] [fɔ:r; fər] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [kɔ:rs] .

and	that	one	year	is	insufficient	for	such	a	course	.
和	那	一	年	是	不足的	为了	这样的	一个	课程	.

一年的时间不足以完成这样的课程。

" ['leŋθən] [ðə; ði] [taɪm] ['gɪv(ə)n] [tu:; tə]['nɔ:rm(ə)l] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] , - - [meɪk] [ˌaɪ 'ti:] [tu:] ['jɪrz] ;

"	Lengthen	the	time	given	to	normal	instruction	,	-	-	make	it	two	years	;
"	加长	这	时间	给定	到	普通的	操作说明	,	-	-	制作	它	二	年	;

“延长正常教学时间，——延长至两年；

[gɪv] [ɪn] [ðɪs] [sku:l] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] ['pjʊrli] [ɪn][ðə; ði] ['saɪəns] [ʌv; əv][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] ;

give	in	this	school	instruction	purely	in	the	science	of	education	;
给	在	这	学校	操作说明	纯粹	在	这	科学	的	教育	;

本校只教授教育科学；

['relɪgeɪt] [ɔ:l]['dʒen(ə)rəl] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] [tu:; tə][ə; eɪ] [gʊd] [haɪ] [sku:l] ['kʌvərɪŋ] [ə; eɪ][tɜ:rm][ʌv; əv] [fɔ:r]

relegate	all	general	instruction	to	a	good	high	school	covering	a	term	of	four
贬谪	全部	一般的	操作说明	到	一个	好的	高的	学校	覆盖	一个	学期	的	四

['jɪrz] .

years	.
年	.

将所有普通课程安排在一所优秀的高中，学制四年。

[ɪn] [ðɪs] [æz; əz][ɪn][ɔ:l] ['ʌðər] [prə'gresɪv] ['fɔ:rmətɪv] [pɪrɪədz] [ðə; ði] [wei] [aʊt][ɪz] [ə'hed] .

In	this	as	in	all	other	progressive	formative	periods	the	way	out	is	ahead	.
在	这	作为	在	全部	其他	进步	形成期	时期	这	方式	出去	是	前方	.

如同所有其他进步的形成时期一样，出路就在前方。

" [ˌaɪ 'ti:] [wɪl] [bi:; bi] [taɪm] [ɪ'nʌf] [tu:; tə] [tɔ:k] [ʌv; əv] ['du:ɪŋ] [ə'weɪ] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['pɔ:rʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði]

"	It	will	be	time	enough	to	talk	of	doing	away	with	a	portion	of	the
"	它	将要	是	时间	足够的	到	讲话	的	正在做	离开	和	一个	部分	的	这

['gɜ:lz] - [sku:l] [jɪr] [wen] [ðə; ði] [sku:lz] [hæv; həv] [fʊl'fɪld] [ðer; ðər] [haɪ] ['mɪʃ(ə)n] ,

girls	'	school	year	when	the	schools	have	fulfilled	their	high	mission	,
女孩们	-	学校	年	什么时候	这	学校	有	已完成	他们的	高的	使命	,

“当学校完成了其崇高的使命之后，就到了讨论取消部分女生学年的时候了。”

[wen] [ðeɪ] [hæv; həv] [sent] [aʊt] [ə; eɪ][lɑ:rdʒ]['bɑ:di][ʌv; əv] [ə'merɪkən] ['wɪmɪn] [prɪ'perd] , [nɑ:t][fɔ:r; fər]

when	they	have	sent	out	a	large	body	of	American	women	prepared	,	not	for
什么时候	他们	有	发送	出去	一个	大的	身体	的	美国人	女性	准备	,	不是	为了

[ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [prə'feʃ(ə)n] ,

a	single	profession	,
一个	单身的	职业	,

当她们派出一大批美国女性，但这些女性并非为单一职业而准备时，

['i:v(ə)n][ðə; ði] [haɪ] ['femənɪn] [voʊ'keɪʃ(ə)n][ʌv; əv]['pedəgɑ:dʒi] , [bʌt; bət] [ɪ'kwɪpt] [fɔ:r; fər][hɜ:r; hər]

even	the	high	feminine	vocation	of	pedagogy	,	but	equipped	for	her
甚至	这	高的	女性	职业	的	教育学	,	但	配备	为了	她

[haɪɪst; 'haɪəst] ,

highest	,
最高	,

即使是崇高的女性职业——教育，也需要为她最高的成就做好准备。

[moʊst]['dʒen(ə)rəl][ænd; ənd][kən'dʒiːniəl] ['fʌŋkʃnz] [æz; əz][ðə; ði] [sɔːrs] [ænd; ənd]['sentər][ʌv; əv][ðə; ði]

most	general	and	congenial	functions	as	the	source	and	centre	of	the
最多	一般的	和	相投	函数	作为	这	来源	和	中心	的	这

[hoʊm] .

home	.
家	.

最普遍、最令人愉悦的功能是作为家庭的源泉和中心。

" [aɪ][ˌeɪ 'em] [ʌn'wɪlɪŋ] [tuː; tə] [liːv] [ðɪs] ['sʌbdʒekt] [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ] [fjuː] [wɜːrdz][æz; əz][tuː; tə]['aʊər; ɑːr]

"	I	am	unwilling	to	leave	this	subject	without	a	few	words	as	to	our
"	我	是	不情愿	到	离开	这	主题	没有	一个	很少	字	作为	到	我们的

['remədi] ,

remedy	,
补救	,

“我不想就此结束，必须简单谈谈我们的解决办法。”

[ɪ'speʃəli] [æz; əz][kən'sɜːrnz]['aʊər; ɑːr]['pʌblɪk] [skuːlz] [ænd; ənd]['nɔːrm(ə)l] [skuːlz] [fɔːr; fər]['gɝːlz] .

especially	as	concerns	our	public	schools	and	normal	schools	for	girls	.
尤其	作为	担忧	我们的	民众	学校	和	普通的	学校	为了	女孩们	.

尤其是关于我们的公立学校和女子师范学校。

[wʌt] [siːmz] [tuː; tə][ˌem 'iː][tuː; tə][biː; bi] ['niːdɪd] [moʊst][ɪz] [wʌt] [ðə; ði]['wʊmən] [wʊd] [brɪŋ] ['ɪntuː]

What	seems	to	me	to	be	needed	most	is	what	the	woman	would	bring	into
什么	似乎	到	我	到	是	需要	最多	是	什么	这	女士	会	带来	进入

['aʊər; ɑːr] [skuːl] ['bɔrdz] .

our	school	boards	.
我们的	学校	板	.

在我看来，最需要的是这位女性能为我们的学校董事会带来什么。

['ʃʊrli] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['ɔːlsoʊ]['pɑːsəb(ə)l][fɔːr; fər] ['fiːmeɪl] ['tiːtʃərz] [tuː; tə] [tɔːk] ['fræŋkli] [tuː; tə] [ðæt] [klæs] [ʌv; əv]

Surely	it	is	also	possible	for	female	teachers	to	talk	frankly	to	that	class	of
一定	它	是	还	可能的	为了	女性	教师	到	讲话	坦率地说	到	那	班级	的

['gɝːlz] [huː] [lɜːrn] ['lɪt(ə)l][ʌv; əv][ðə; ði][dɪ'mændz][ʌv; əv] [helθ] [frʌm; frəm][ʌn'edʒukeɪtɪd][ɔːr] ['bɪzi] [ɔːr]

girls	who	learn	little	of	the	demands	of	health	from	uneducated	or	busy	or
女孩们	WHO	学习	小的	的	这	需求	的	健康	从	未受过教育	或者	忙碌的	或者

['kerləs] ['mʌðərz] ,

careless	mothers	,
粗心	母亲们	,

当然，女教师也可以坦诚地与那些很少从未受过教育、忙碌或粗心的母亲那里学到健康知识的女孩们交流。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [biː; bi][æz; əz] ['iːzi] , [ɪf] [skuːl] ['bɔrdz] [wɜːr; wər] [wʌt] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ,

and	it	would	be	as	easy	,	if	school	boards	were	what	they	should	be	,
和	它	会	是	作为	简单的	,	如果	学校	板	是	什么	他们	应该	是	,

如果学校董事会能发挥应有的作用，事情就会变得简单得多。

[tuː; tə][ɪn'sɪst][ɑːn] [sʌtʃ] [ɪn'strʌkʃ(ə)n] ,

to	insist	on	such	instruction	,
到	坚持	在	这样的	操作说明	,

坚持执行这样的指示，

[ænd; ənd][tuː; tə] [meɪk] [ʃʊr] [ðæt] [ðə; ði][kleɪmz] [ʌv; əv] [mə'tjʊr] ['wʊmənhʊd] [ɑːr; ər] [kən'sɪdərd]

and	to	make	sure	that	the	claims	of	maturing	womanhood	are	considered
和	到	制作	当然	那	这	索赔	的	成熟	女性	是	经过考虑的

[ænd; ənd] [ə'tendid] [tuː; tə] .

and	attended	to	.
和	参加	到	.

并确保成熟女性的需求得到考虑和重视。

[ʃʊd; ʃəd][aɪ][biː; bi][toʊld] [ðæt] [ðɪs] [ɪz] [ɪm'præktɪkəbl] ,

Should	I	be	told	that	this	is	impracticable	,
应该	我	是	讲述	那	这	是	不切实际	,

如果有人告诉我这不切实际，

[aɪ][rɪˈplaɪ] [ðæt] [æz; əz] [haɪ] [æn; ən] [əˈθɔːrəti] [æz; əz][ˈsæmjuəl]['elɪət] , [ʌv; əv] [ˌmæsəˈtʃuːsɪts] ,

I	reply	that	as	high	an	authority	as	Samuel	Eliot	,	of	Massachusetts	,
我	回复	那	作为	高的	一个	权威	作为	塞缪尔	艾略特	,	的	马萨诸塞州	,

我的回答是，像马萨诸塞州的塞缪尔·艾略特这样权威的学者，

[hæz; həz] [ʃoʊn] [ɪn][lɑːrdʒ] [skuːlz] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː][ɪz][bəuθ]['pɑːsəb(ə)l][ænd; ənd]['væljuəb(ə)l] .

has	shown	in	large	schools	that	it	is	both	possible	and	valuable	.
有	所示	在	大的	学校	那	它	是	两个都	可能的	和	有价值的	.

在大型学校中已经证明，这样做既可行又有价值。

[æz; əz][kənˈsɜːrnz][ðə; ði][hoʊm][laɪf] ,

As	concerns	the	home	life	,
作为	担忧	这	家	生活	,

至于家庭生活方面，

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz]['ɔːlsoʊ] ['iːzi] [tuː; tə][get][æt; ət][ðə; ði]['perənts][baɪ]['ænjuəl][ˈsəːkjələːs] [inˈfɔːsɪŋ] [gʊd] ['kaʊns(ə)l]

it	is	also	easy	to	get	at	the	parents	by	annual	circulars	enforcing	good	counsel
它	是	还	简单的	到	得到	在	这	父母	经过	年度的	通告	强制执行	好的	法律顾问

[æz; əz][tuː; tə][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] ['sɪmplɪst] [haɪˈdʒenɪkˌhaɪˈdʒiːnɪk] [niːdz] [ɪn][ðə; ði] [wei] [ʌv; əv] [sliːp] ,

as	to	some	of	the	simplest	hygienic	needs	in	the	way	of	sleep	,
作为	到	一些	的	这	最简单的	卫生	需求	在	这	方式	的	睡觉	,

通过年度通告向家长们提供一些关于睡眠方面最基本的卫生需求的良好建议，也很容易影响到他们。

['aʊərz][ʌv; əv] ['stʌdi] , [laɪt] , [ænd; ənd] [miːlz] .

hours	of	study	,	light	,	and	meals	.
小时	的	学习	,	光	,	和	餐	.

学习时间、光照和用餐时间。

[ˌaɪ ˈtiː][wɜːr; wər] ['betər] [nɑːt][tuː; tə]['edʒukeɪt]['gɝːlz][æt; ət][ɔːl] [bɪˈtwiːn] [ðə; ði]['eɪdʒɪz][ʌv; əv] [ˌfɔːrˈtiːn]

It	were	better	not	to	educate	girls	at	all	between	the	ages	of	fourteen
它	是	更好的	不是	到	教育	女孩们	在	全部	之间	这	年龄	的	十四

[ænd; ənd] [ˌeɪˈtiːn] ,

and	eighteen	,
和	十八	,

最好不要让十四岁到十八岁的女孩接受任何教育。

[ənˈles] [ˌaɪ ˈtiː][kæn; kən][biː; bi] [dʌn] [wɪð; wɪθ]['kerf(ə)l] ['refrəns] [tuː; tə][ðer; ðər]['bɑːdɪli] [helθ] .

unless	it	can	be	done	with	careful	reference	to	their	bodily	health	.
除非	它	能	是	完毕	和	小心	参考	到	他们的	身体上的	健康	.

除非这样做能充分考虑他们的身体健康状况。

[tuː; tə] - [deɪ] , [ðə; ði] [əˈmerɪkən] ['wʊmən] [ɪz] , [tuː; tə] [spiːk] ['pleɪnli] , [tuː] ['ɔːf(ə)n] ['fɪzɪkli] [ʌnˈfɪt]

To	-	day	,	the	American	woman	is	,	to	speak	plainly	,	too	often	physically	unfit
到	-	天	,	这	美国人	女士	是	,	到	说话	显然	,	也	经常	身体	不合格

[fɔːr; fər][hɜːr; hər] ['duːtiz] [æz; əz] ['wʊmən] ,

for	her	duties	as	woman	,
为了	她	职责	作为	女士	,

坦白地说，如今美国女性在身体上常常无法胜任她们作为女性的职责。

[ænd; ənd][ɪz][pərˈhæps][ʌv; əv][ɔːl]['sɪvəlaɪzd] ['fiːmeɪl] [ðə; ði] [liːst] ['kwɑːlɪfaɪd][tuː; tə] [ˌʌndərˈteɪk] [ðoʊz]

and	is	perhaps	of	all	civilized	females	the	least	qualified	to	undertake	those
和	是	也许	的	全部	文明	女性	这	至少	合格的	到	承担	那些

['weɪtiːə] ['tæsks] [wɪtʃ] [tæks][soʊ] ['hevɪli] [ðə; ði] ['nɜːrvəs] ['sɪstəm] [ʌv; əv][mæn] .

weightier	tasks	which	tax	so	heavily	the	nervous	system	of	man	.
更重	任务	哪个	税	所以	重度	这	紧张的	系统	的	男人	.

在所有文明女性中，她或许是最不适合承担那些对男性神经系统造成沉重负担的重任的女性。

[ʃiː; ʃi][ɪz][nɑːt] ['ferli] [ʌp][tuː; tə] [wʌt] ['neɪtʃər][æsks][frʌm; frəm][hɜːr; hər][æz; əz][waɪf][ænd; ənd] ['mʌðər] .

She	is	not	fairly	up	to	what	nature	asks	from	her	as	wife	and	mother	.
她	是	不是	相当	向上	到	什么	自然	问	从	她	作为	妻子	和	母亲	.

她还不能完全胜任妻子和母亲这个角色。

[haʊ] [wɪl] [ʃiː; ʃi] [səˈsteɪn] [hɜːrˈself] [ˈʌndər] [ðə; ði] [ˈpreʃər] [ʌv; əv] [ðoʊz] [jet] [mɔːr] [ɪgˈzæktɪŋ] [ˈduːtiz]

How	will	she	sustain	herself	under	the	pressure	of	those	yet	more	exacting	duties
如何	将要	她	维持	她自己	在下面	这	压力	的	那些	然而	更多的	严格	职责

[wɪtʃ] [ˈnaʊədeɪz] [ʃiː; ʃi][ɪz] [ˈiːgər] [tuː; tə] [ʃer] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][mæn] ?

which	nowadays	she	is	eager	to	share	with	the	man	?
哪个	如今	她	是	渴望的	到	分享	和	这	男人	?

她将如何承受那些如今她渴望与丈夫共同承担的、更加繁重的职责带来的压力呢?

[waɪl] [ˈmeɪkɪŋ] [ðiːz] [ˈstrɪndʒənt][kˈrɪtɪsɪzəmz] , [aɪ][ˌeɪ ˈem] [ˈæŋkʃəs] [nɑːt][tuː; tə][biː; bi] [ˌmɪsʌndərˈstʊd] .

While	making	these	stringent	criticisms	,	I	am	anxious	not	to	be	misunderstood	.
尽管	制作	这些	严格	批评	,	我	是	焦虑的	不是	到	是	被误解	.

在提出这些严厉批评的同时，我担心会被人误解。

[ðə; ði] [pɔɪnt] [wɪtʃ] [əˈbʌv] [ɔːl] [ˈʌðər] [aɪ] [wɪʃ] [tuː; tə] [meɪk] [ɪz] [ðɪs] ,

The	point	which	above	all	others	I	wish	to	make	is	this	,
这	观点	哪个	多于	全部	其他的	我	希望	到	制作	是	这	,

我最想强调的一点是:

[ðæt] [ˈoʊɪŋ] [ˈtʃiːfli] [tuː; tə][pɪˌkjuːliːˈærətiːz][ʌv; əv][ˈklaɪmət] ,

that	owing	chiefly	to	peculiarities	of	climate	,
那	欠款	主要	到	特殊性	的	气候	,

这主要是由于气候的特殊性，

[ˈaʊər; ɑːr] [ˈgroʊɪŋ] [ˈgɝːlz][ɑːr; ər] [ɪnˈdaʊd] [wɪð; wɪθ] [ˌɔrgənəˈzeɪʃənz] [soʊ] [ˈhaɪli] [ˈsensətɪv] [ænd; ənd]

our	growing	girls	are	endowed	with	organizations	so	highly	sensitive	and
我们的	生长	女孩们	是	捐赠	和	组织	所以	高度	敏感的	和

[ɪmˈpreʃənəb(ə)l] [ðæt] [wiː; wi][ɪkˈspoʊz][ðem; ðəm][tuː; tə] [ˈniːdləs] [ˈdeɪndʒəz] [wen] [wiː; wi] [əˈtempt]

impressionable	that	we	expose	them	to	needless	dangers	when	we	attempt
易受影响的	那	我们	暴露	他们	到	不必要	危险	什么时候	我们	试图

[tuː; tə][ˌoʊvərˈtæks][ðem; ðəm] [ˈmentəli] .

to	overtax	them	mentally	.
到	过度征税	他们	精神上	.

我们的女孩们正在成长，她们的组织非常敏感且容易受影响，如果我们试图在精神上过度刺激她们，就会使她们面临不必要的危险。

[ɪn] [ˈeni] [ˈkʌntri] [ðə; ði] [ɪˈfekts] [ʌv; əv] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [kɔːrs] [mʌst; məst][biː; bi][ˈiːv(ə)l] ,

In	any	country	the	effects	of	such	a	course	must	be	evil	,
在	任何	国家	这	效果	的	这样的	一个	课程	必须	是	邪恶的	,

在任何国家，这种做法的后果都必然是恶劣的。

[bʌt; bət][ɪn] [əˈmerɪkə] [aɪ] [bɪˈliːv] [ˌaɪ ˈtiː][tuː; tə][biː; bi][moʊst] [dɪˈzæstrəs] .

but	in	America	I	believe	it	to	be	most	disastrous	.
但	在	美国	我	相信	它	到	是	最多	灾难性的	.

但我认为，在美国，这种情况造成的灾难性后果最为严重。

[æz; əz][aɪ][hæv; həv]['spoʊkən][ʌv; əv]['klaɪmət][ɪn][ðə; ði] [brɔːd] [sens] [æz; əz] [əˈkaʊntəbl] [fɔːr; fər]

As	I	have	spoken	of	climate	in	the	broad	sense	as	accountable	for
作为	我	有	说	的	气候	在	这	广阔	感觉	作为	问责制	为了

[sʌm; səm][pɪˌkjuːliːˈærətiːz][ʌv; əv][ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['wɪmɪn] ,

some	peculiarities	of	the	health	of	our	women	,
一些	特殊性	的	这	健康	的	我们的	女性	,

正如我之前所说，广义上的气候因素是造成我们女性健康某些特殊性的原因之一，

[soʊ]['ɔːlsoʊ] [wʊd] [aɪ][ædˈmɪt][ˌaɪ ˈtiː][æz; əz][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði] [tʃiːf] ['riːz(ə)nz] [waɪ] [wɜːrk] [əˈmʌŋ] [men]

so	also	would	I	admit	it	as	one	of	the	chief	reasons	why	work	among	men
所以	还	会	我	承认	它	作为	一	的	这	首席	原因	为什么	工作	之中	男人

[rɪˈzʌlts] [soʊ] ['friːkwəntli] [ɪn][ter; tɪ(ə)r][æz; əz] [wel] [æz; əz] [wer] .

results	so	frequently	in	tear	as	well	as	wear	.
结果	所以	频繁地	在	撕	作为	出色地	作为	穿	.

所以，我也承认这是男性工作经常导致身体损耗和磨损的主要原因之一。

[aɪ] [bɪ'liːv] [ðæt] ['sʌmθɪŋ] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] [meɪks] [ˌɪntə'lektʃuəl] [wɜːrk][ʌv; əv][ɔːl][kaɪndz]['hɑːrdər]

I	believe	that	something	in	our	country	makes	intellectual	work	of	all	kinds	harder
我	相信	那	某物	在	我们的	国家	制作	知识分子	工作	的	全部	种类	更难

[tuː; tə][duː][ðæn; ðən][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɪn] ['jʊrəp] ;

to	do	than	it	is	in	Europe	;
到	做	比	它	是	在	欧洲	;

我认为，在我们国家，各种类型的脑力劳动比在欧洲更难开展；

[ænd; ənd] [sɪns] [wiː; wi][duː][ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['terəb(ə)l]['enərdʒi] , [ðə; ðiː] [rɪ'zʌlt] [ʃoʊz] [ɪn] [wer] ['veri]

and	since	we	do	it	with	a	terrible	energy	,	the	result	shows	in	wear	very
和	自从	我们	做	它	和	一个	糟糕的	活力	,	这	结果	演出	在	穿	非常

[suːn] ,

soon	,
很快	,

而且因为我们做事时用力过猛，所以很快就会出现磨损的迹象。

[ænd; ənd]['ɔːlmoʊst]['ɔːlweɪz][ɪn][ðə; ðiː] [weɪ] [ʌv; əv][ter; tɪ(ə)r]['ɔːlsoʊ] .

and	almost	always	in	the	way	of	tear	also	.
和	几乎	总是	在	这	方式	的	撕	还	.

而且几乎总是以泪水的形式出现。

[pər'hæps] [fjuː] ['pɝːsənz] [huː] [lʊk] [fɔːr; fər] ['evɪdəns] [ʌv; əv] [ðɪs] [fækt][æt; ət]['aʊər; ɑːr]['næʃ(ə)nəl] [kə'rɪr]

Perhaps	few	persons	who	look	for	evidence	of	this	fact	at	our	national	career
也许	很少	人	WHO	看	为了	证据	的	这	事实	在	我们的	国家的	职业

[ə'loʊn] [wɪl] [biː; bi] ['wɪlɪŋ] [tuː; tə][æd'mɪt][maɪ][ˌprɑːpə'zɪʃ(ə)n] ,

alone	will	be	willing	to	admit	my	proposition	,
独自的	将要	是	愿意的	到	承认	我的	主张	,

或许只有极少数人，如果只从我们国家的职业生涯中寻找证据，才会愿意接受我的观点。

[bʌt; bət] [ə'mʌŋ] [ðə; ðiː] ['haɪər] [ˌɪntə'lektʃuəl] ['wɜːrkərz] , [sʌtʃ] [æz; əz] [ə'strɔnəməz] , ['fɪzɪsɪsts] ,

but	among	the	higher	intellectual	workers	,	such	as	astronomers	,	physicists	,
但	之中	这	更高	知识分子	工人	,	这样的	作为	天文学家	,	物理学家	,

[ænd; ənd]['nætʃərələsts] ,

and	naturalists	,
和	自然学家	,

但在天文学家、物理学家和博物学家等高阶知识工作者中，

[aɪ][hæv; həv] ['friːkwəntli] [hɜːrd] [ðɪs] [bɪ'liːf] [ɪk'sprest] ,

I	have	frequently	heard	this	belief	expressed	,
我	有	频繁地	听到	这	信仰	表达	,

我经常听到这种说法。

[ænd; ənd][baɪ] [nʌn] [soʊ] ['pɑːzətɪvli] [æz; əz] [ðoʊz] [huː] [hæv; həv] [lɪvd] [ɑːn][bəuθ]['kɑːntənənts] .

and	by	none	so	positively	as	those	who	have	lived	on	both	continents	.
和	经过	没有任何	所以	积极地	作为	那些	WHO	有	居住地	在	两个都	各大洲	.

而那些在两大洲都生活过的人对此的评价最为肯定。

[sɪns] [ðɪs] ['peɪpər][wʌz; wəz][fɜːrst] ['rɪt(ə)n] [aɪ][hæv; həv] [bɪn] [æt; ət][sʌm; səm][peɪnz][tuː; tə] [lɜːrn]

Since	this	paper	was	first	written	I	have	been	at	some	pains	to	learn
自从	这	纸	曾是	第一的	书面	我	有	到过	在	一些	疼痛	到	学习

[də'rektli; daɪ'rektli][frʌm; frəm][ˌjʊrə'piːənz] [huː] [hæv; həv] [kʌm] [tuː; tə] [rɪ'zaɪd] [ɪn] [ə'merɪkə] [haʊ] [ðɪs]

directly	from	Europeans	who	have	come	to	reside	in	America	how	this
直接地	从	欧洲人	WHO	有	来	到	居住	在	美国	如何	这

['kwestʃən] [hæz; həz] [bɪn] ['ænsər] [baɪ][ðer; ðər] [ɪk'spɪriəns] .

question	has	been	answered	by	their	experience	.
问题	有	到过	回答	经过	他们的	经验	.

自从本文首次撰写以来，我一直不遗余力地直接向移居美国的欧洲人了解他们如何通过自身经验来回答这个问题。

[fɔːr; fər] ['ɑːbviəs] ['riːz(ə)nz] , [aɪ][duː][nɑːt] [neɪm] [maɪ] ['witnisiz] , [huː] [ɑːr; ər] ['nuːmərəs] ; [bʌt; bət] ,

For	obvious	reasons	,	I	do	not	name	my	witnesses	,	who	are	numerous	;	but	,
为了	明显的	原因	,	我	做	不是	姓名	我的	证人	,	WHO	是	很多的	;	但	,

出于显而易见的原因，我不会透露证人的姓名，他们人数众多；但是，

[ɔːl'ðoʊ] [ðeɪ] ['veri] ['sʌmwʌt] [ɪn][ðə; ði][prə'pɔːrʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði] [ɪ'fekts] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ə'skraɪb]
although **they** **vary** **somewhat** **in** **the** **proportion** **of** **the** **effects** **which** **they** **ascribe**
虽然 他们 各不相同 有些 在 这 部分 的 这 效果 哪个 他们 归咎于
[tuː; tə]['klaɪmət][ænd; ənd][tuː; tə] [sʌtʃ] [də'mestɪk] [pɪˌkjuːliː'ærətiːz][æz; əz][ðə; ði] [ˌoʊvər'hiːtɪŋ] [ʌv; əv]
to **climate** **and** **to** **such** **domestic** **peculiarities** **as** **the** **overheating** **of**
到 气候 和 到 这样的 国内的 特殊性 作为 这 过热 的
['aʊər; ɑːr] ['haʊzɪz] ,
our **houses** **,**
我们的 房屋 ,

尽管他们对气候和诸如房屋过热等家庭特殊因素的影响比例略有不同，

[ðeɪ] [ɑːr; ər][æt; ət][wʌn][æz; əz][rɪ'gɑːrdz][ðə; ði]['sɪmp(ə)l][fækt] [ðæt] , [fɔːr; fər][sʌm; səm]['riːz(ə)n] ,
they **are** **at** **one** **as** **regards** **the** **simple** **fact** **that** **,** **for** **some** **reason** **,**
他们 是 在 一 作为 问候 这 简单的 事实 那 , 为了 一些 原因 ,

他们在一个简单的事实上达成了一致，那就是，由于某种原因，

['ment(ə)l][wɜːrk][ɪz] [mɔːr] [ɪg'zɔːstɪŋ] [hɪr] [ðæn; ðən][ɪn] ['jʊrəp] ; [waɪl] , [æz; əz][ə; eɪ] [ruːl] ,
mental **work** **is** **more** **exhausting** **here** **than** **in** **Europe** **;** **while** **,** **as** **a** **rule** **,**
精神的 工作 是 更多的 精疲力竭 这里 比 在 欧洲 ; 尽管 , 作为 一个 规则 ,

这里的脑力劳动比欧洲更累人；而且，通常情况下，

[sʌtʃ] [ə'mɛrɪkənz] [æz; əz][hæv; həv] [wɜːrkt] [ə'brɔːd] [ɑːr; ər] [wel] [ə'wer] [ðæt] [ɪn] [fræns] [ænd; ənd][ɪn]
such **Americans** **as** **have** **worked** **abroad** **are** **well** **aware** **that** **in** **France** **and** **in**
这样的 美国人 作为 有 工作 国外 是 出色地 意识到的 那 在 法国 和 在
['ɪŋgləns] [ˌɪntə'lektʃuəl] ['leɪbər][ɪz] [les] ['traɪɪŋ] [ðæn; ðən][ˌaɪ 'tiː][ɪz][wɪð; wɪθ][ˌjuː 'es] .
England **intellectual** **labor** **is** **less** **trying** **than** **it** **is** **with** **us** **.**
英格兰 知识分子 劳动 是 较少的 尝试 比 它 是 和 我们 .

曾在国外工作过的美国人都知道，在法国和英国，脑力劳动比在美国轻松得多。

[ə; eɪ] [greɪt] [ˌfɪzi'ɑːlədʒɪst] , [wel] [noʊn] [ə'mʌŋ] [ˌjuː 'es] , [lɔːŋ] [ə'goʊ] [ɪk'sprest] [tuː; tə][ˌem 'iː][ðə; ði]
A **great** **physiologist** **,** **well** **known** **among** **us** **,** **long** **ago** **expressed** **to** **me** **the**
一个 伟大的 生理学家 , 出色地 已知 之中 我们 , 长的 前 表达 到 我 这
[seɪm] [ə'pɪnjən] ;
same **opinion** **;**
相同的 观点 ;

一位我们都很熟悉的伟大生理学家很久以前就向我表达过同样的观点；

[ænd; ənd][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði] ['gretɪst] [ʌv; əv] ['lɪvɪŋ] ['nætʃərələsts] , [huː] [ɪz] ['ɑːnərd] [ə'laɪk][ɑːn][bəuθ]
and **one** **of** **the** **greatest** **of** **living** **naturalists** **,** **who** **is** **honored** **alike** **on** **both**
和 一 的 这 最 的 活的 自然学家 , WHO 是 荣幸 同样 在 两个都
['kɑːntənənts] ,
continents **,**
各大洲 ,

他是当今最伟大的博物学家之一，在两大洲都备受尊敬。

[ɪz]['pɑːzətɪv] [ðæt] [breɪn] - [wɜːrk][ɪz]['hɑːrdər][ænd; ənd] [mɔːr] ['hɜːrtfl] [hɪr] [ðæn; ðən] [ə'brɔːd] ,
is **positive** **that** **brain** **-** **work** **is** **harder** **and** **more** **hurtful** **here** **than** **abroad** **,**
是 积极的 那 脑 - 工作 是 更难 和 更多的 伤人的 这里 比 国外 ,

肯定地说，这里的脑力劳动比国外更难、更伤身。

[æn; ən] [ə'pɪnjən] [wɪtʃ] [ɪz] [ʃerd] [baɪ]['ɑːlɪvər] ['wendl] [hoʊlmz] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['kɑːmpɪtənt]
an **opinion** **which** **is** **shared** **by** **Oliver** **Wendell** **Holmes** **and** **other** **competent**
一个 观点 哪个 是 共享 经过 奥利弗 温德尔 福尔摩斯 和 其他 胜任的
[əb'zɜːvəz] .
observers **.**
观察员 .

奥利弗·温德尔·霍姆斯和其他一些有识之士也持相同观点。

['sɜːrt(ə)n][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðæt] ['aʊər; ɑːr] ['θɪŋkəz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['klæsɪz] [neɪmd] [ɑːr; ər][æpt][tuː; tə] [breɪk] [daʊn]

Certain	it	is	that	our	thinkers	of	the	classes	named	are	apt	to	break	down
肯定	它	是	那	我们的	思想家	的	这	课程	命名	是	易于	到	休息	向下

[wɪð; wɪθ] [wʌt] [ðə; ði]['dɑːktər] [noʊz] [æz; əz] [sə'riːbrəl] [ɪg'zɔːstʃən] ,

with	what	the	doctor	knows	as	cerebral	exhaustion	,
和	什么	这	医生	知道	作为	大脑	疲惫	,

可以肯定的是，我们所说的这些阶层的思想家很容易出现医生所说的脑力衰竭症状。

- - [ə; eɪ][kən'dɪʃ(ə)n][ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði]['ment(ə)l] ['ɔrgənz] [bɪ'kʌm] [mɔːr] [ɔːr] [les] [kəm'pliːtli]

-	-	a	condition	in	which	the	mental	organs	become	more	or	less	completely
-	-	一个	状况	在	哪个	这	精神的	器官	变得	更多的	或者	较少的	完全地

[ˌɪnkə'pæsɪteɪtɪd][fɔːr; fər]['leɪbər] ,

incapacitated	for	labor	,
丧失能力	为了	劳动	,

——一种精神器官几乎完全丧失劳动能力的状况，

- - [ænd; ənd] [ðæt] [ðɪs] [steɪt] [ʌv; əv] [θɪŋz] [ɪz] ['veri] [mʌtʃ] [les] ['kɑːmən] [ə'mʌŋ] [ðə; ði] - [ʌv; əv]

-	-	and	that	this	state	of	things	is	very	much	less	common	among	the	savans	of
-	-	和	那	这	状态	的	事物	是	非常	很多	较少的	常见的	之中	这	-	的

['jʊrəp] .

Europe	.
欧洲	.

——而这种情况在欧洲的萨瓦人中却非常少见。

[ə; eɪ] [ʃer] [ɪn][ðə; ði] [prə'dʌkʃn] [ʌv; əv] [ðɪs] ['iːv(ə)l] [meɪ] [pər'hæps][biː; bi] [duː] [tuː; tə]['sɜːrt(ə)n]['dʒen(ə)rəl]

A	share	in	the	production	of	this	evil	may	perhaps	be	due	to	certain	general
一个	分享	在	这	生产	的	这	邪恶的	可能	也许	是	到期的	到	肯定	一般的

['hæbɪts][ʌv; əv][laɪf] [wɪtʃ] [fɔːl][wɪð; wɪθ]['iːkwəl] [weɪt] [ʌv; əv] ['mɪstʃɪf] [ə'pɑːn] ['meni] ['klæsɪz] [ʌv; əv]

habits	of	life	which	fall	with	equal	weight	of	mischief	upon	many	classes	of
习惯	的	生活	哪个	落下	和	平等的	重量	的	恶作剧	之上	许多	课程	的

['bɪzi] [men] ,

busy	men	,
忙碌的	男人	,

这种罪恶的产生或许与某些普遍的生活习惯有关，这些习惯对许多忙碌的人群都造成了同样严重的危害。

[æz; əz][aɪ][ʃæl; ʃəl]['prez(ə)ntli] [pɔɪnt] [aʊt] .

as	I	shall	presently	point	out	.
作为	我	将	目前	观点	出去	.

正如我稍后将要指出的那样。

[stɪl] , [ðiːz] [wɪl] [nɑːt] [ˌɔːltə'geðər] [ə'kaʊnt] [fɔːr; fər][ðə; ði][fækt] ,

Still	,	these	will	not	altogether	account	for	the	fact	,
仍然	,	这些	将要	不是	共	帐户	为了	这	事实	,

然而，这些并不能完全解释以下事实：

[nɔːr][ɪz][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][maɪ][maɪnd] [ɪk'spleɪnd] [baɪ]['eni][ʌv; əv][ðə; ði] [mɔːr] ['ɑːbviəs] [fɔːlts] [ɪn]['aʊər; ɑːr]

nor	is	it	to	my	mind	explained	by	any	of	the	more	obvious	faults	in	our
也不	是	它	到	我的	头脑	解释	经过	任何	的	这	更多的	明显的	故障	在	我们的

['klaɪmət] ,

climate	,
气候	,

在我看来，这也不能用我们气候中那些更明显的缺陷来解释。

[nɔːr] [jet] [baɪ]['aʊər; ɑːr]['hæbɪts][ʌv; əv][laɪf] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['fɜːrnɪs] - [wɔːmd] ['haʊzɪz] , ['heɪsti] [miːlz] ,

nor	yet	by	our	habits	of	life	,	such	as	furnace	-	warmed	houses	,	hasty	meals	,
也不	然而	经过	我们的	习惯	的	生活	,	这样的	作为	炉	-	温暖	房屋	,	仓促	餐	,

也并非受我们生活习惯的影响，例如待在暖气炉里取暖、匆忙吃饭等等。

[bæd] ['kʊkɪŋ] , [ɔːr] [nɪ'glekt] [ʌv; əv]['eksərsaɪz] .

bad	cooking	,	or	neglect	of	exercise	.
坏的	烹饪	,	或者	忽视	的	锻炼	.

糟糕的烹饪，或者缺乏锻炼。

[let] [ə; eɪ][mæn][lɪv; laɪv][æz; əz][hiː; hi] [meɪ] ,

Let	a	man	live	as	he	may	,
让	一个	男人	居住	作为	他	可能	,

让他按照自己的方式生活吧。

[aɪ] [bɪ'liːv] [hiː; hi] [wɪl] [stɪl] [dɪ'skʌvər] [ðæt] ['ment(ə)l]['leɪbər][ɪz][wɪð; wɪθ][juː 'es] [mɔːr] [ɪg'zɔːstɪŋ]

I	believe	he	will	still	discover	that	mental	labor	is	with	us	more	exhausting
我	相信	他	将要	仍然	发现	那	精神的	劳动	是	和	我们	更多的	精疲力竭

[ðæn; ðən][wiː; wi][kʊd; kəd] [wɪʃ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][biː; bi] .

than	we	could	wish	it	to	be	.
比	我们	可以	希望	它	到	是	.

我相信他最终会发现，脑力劳动比我们想象的要累得多。

[waɪ] [ðɪs] [ɪz][aɪ]['kænɑːt] [seɪ] ,

Why	this	is	I	cannot	say	,
为什么	这	是	我	不能	说	,

我无法解释个中缘由。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt] [mɔːr] [mɪ'stɪriəs] [ðæn; ðən][ðə; ði][fækt] [ðæt] ['eɪdʒənts] [wɪtʃ] , [æz; əz] ['sɛdətivz]

but	it	is	not	more	mysterious	than	the	fact	that	agents	which	,	as	sedatives
但	它	是	不是	更多的	神秘	比	这	事实	那	代理人	哪个	,	作为	镇静剂

[ɔːr][ɛk'saɪtənts] ,

or	excitants	,
或者	兴奋剂	,

但这并没有什么比以下事实更神秘：某些药物既可以作为镇静剂，也可以作为兴奋剂，

[ə'fekt] [ðə; ði] [greɪt] [nɜːrv] - ['sentərz] , [duː] [ðɪs] ['veri] ['dɪfrəntli] [ɪn] ['dɪfrənt] [k'laɪməts] .

affect	the	great	nerve	-	centres	,	do	this	very	differently	in	different	climates	.
影响	这	伟大的	神经	-	中心	,	做	这	非常	不同	在	不同的	气候	.

影响重要的神经中枢，在不同的气候条件下，这种影响会以非常不同的方式产生。

[ðer; ðər][ɪz][sʌm; səm] ['evɪdəns] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðæt] [ðɪs] [ɪz]['ɔːlsoʊ][ðə; ði] [keɪs] [wɪð; wɪθ][nɑːr'kɑːtɪks] ;

There	is	some	evidence	to	show	that	this	is	also	the	case	with	narcotics	;
那里	是	一些	证据	到	展示	那	这	是	还	这	案件	和	毒品	;

有证据表明，毒品也存在这种情况；

[ænd; ənd][pər'hæps][ə; eɪ]['pɑːrʃ(ə)l][ˌeksplə'neɪʃ(ə)n] [meɪ] [biː; bi] [faʊnd] [ɪn][ðə; ði] ['mænər] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði]

and	perhaps	a	partial	explanation	may	be	found	in	the	manner	in	which	the
和	也许	一个	部分的	解释	可能	是	成立	在	这	方式	在	哪个	这

[ɪk'skriːʃn] [ɑːr; ər] [kən'troʊld] [baɪ][ɪk'stɜːrn(ə)l] ['temprətʃəz] ,

excretions	are	controlled	by	external	temperatures	,
排泄物	是	受控	经过	外部的	温度	,

或许部分原因在于排泄物受外部温度控制的方式。

[æz; əz] [wel] [æz; əz][baɪ][ðə; ði][fækt] [wɪtʃ] ['draɪv, 'dɑːktɚ] . [braʊn] - - [dɪ'skʌvərd] , [ænd; ənd]

as	well	as	by	the	fact	which	Dr	.	Brown	-	Séquard	discovered	,	and
作为	出色地	作为	经过	这	事实	哪个	博士	.	棕色的	-	-	发现	,	和

[wɪtʃ] [aɪ][hæv; həv] ['friːkwəntli] [kə'rɔbəˌreɪtɪd] ,

which	I	have	frequently	corroborated	,
哪个	我	有	频繁地	证实	,

此外，布朗-塞卡尔博士也发现了这一点，而且我也多次证实了这一点：

[ðæt] ['meni] ['pɔizənz] [ɑːr; ər] [rɪ'tɑːrdɪd] [ɪn][ðer; ðər]['ækʃ(ə)n][baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ðə; ði]['ænɪm(ə)l] [ə'fektɪd] [ɪn][ə; eɪ]

that	many	poisons	are	retarded	in	their	action	by	placing	the	animal	affected	in	a
那	许多	毒药	是	弱智	在	他们的	行动	经过	放置	这	动物	做作的	在	一个

[wɔːrm] ['ætməsfɪr] .

warm	atmosphere	.
温暖的	气氛	.

将中毒动物置于温暖的环境中，可以延缓许多毒药的作用。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz]['pɑːsəb(ə)l][tuː; tə][drɪŋk][wɪð; wɪθ] ['seɪfti] [ɪn] ['ɪŋglənd] ['kwɑːntətiz][ʌv; əv][waɪn] [wɪtʃ] [hɪr]

It	is	possible	to	drink	with	safety	in	England	quantities	of	wine	which	here
它	是	可能的	到	喝	和	安全	在	英格兰	数量	的	葡萄酒	哪个	这里

[wʊd] [biː; bi][ˌdɪsə'griːəb(ə)l][ɪn][ðer; ðər][fɜːrst] [ɪ'fekt] [ænd; ənd] ['perələs][ɪn][ðer; ðər] ['ʌltɪmət] [rɪ'zʌlts] .

would	be	disagreeable	in	their	first	effect	and	perilous	in	their	ultimate	results	.
会	是	令人不快的	在	他们的	第一的	影响	和	危险的	在	他们的	最终的	结果	.

在英国，人们可以安全地饮用大量的葡萄酒，而这些葡萄酒在其他地方，最初会让人感到不适，最终则会带来危险。

[ðə; ði]['kjuːbən] [huː] [teɪks] ['kɔːfi] [ɪ'nɔːrməsli] [æt; ət][hoʊm] , [ænd; ənd]['smoʊks] ['endləsli] ,

The	Cuban	who	takes	coffee	enormously	at	home	,	and	smokes	endlessly	,
这	古巴	WHO	需要	咖啡	非常	在	家	,	和	烟雾	不休	,

那个在家大量喝咖啡、不停抽烟的古巴人，

[kæn; kən][duː] [hɪr] ['niːðər] [ðə; ði][wʌn][nɔːr][ðə; ði] ['ʌðər] [tuː; tə][ðə; ði] [seɪm] [dɪ'griː] .

can	do	here	neither	the	one	nor	the	other	to	the	same	degree	.
能	做	这里	两者都不	这	一	也不	这	其他	到	这	相同的	程度	.

在这里，两者都无法做到同等程度。

[ænd; ənd][soʊ]['ɔːlsoʊ][ðə; ði] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [ˌeksaɪ'teɪʃn] [frʌm; frəm][wɜːrk] [wɪtʃ] [ðə; ði][breɪn] [wɪl] [ber]

And	so	also	the	amount	of	excitation	from	work	which	the	brain	will	bear
和	所以	还	这	数量	的	励磁	从	工作	哪个	这	脑	将要	熊

['veriz] [ɪk'siːdɪŋli] [wɪð; wɪθ][ˌveəriː'eiʃənz][ʌv; əv][klaɪ'mætɪk] ['influənsiz] .

varies	exceedingly	with	variations	of	climatic	influences	.
变化	非常	和	变体	的	气候	影响	.

因此，大脑能够承受的工作兴奋程度也会随着气候影响的变化而发生极大变化。

[wiː; wi][ɑːr; ər][ɔːl][ʌv; əv][juː 'es][fə'mɪliər][wɪð; wɪθ][ðə; ði][fækt][ðæt] ['fɪzɪk(ə)l] [wɜːrk][ɪz] [mɔːr] [ɔːr] [les]

We	are	all	of	us	familiar	with	the	fact	that	physical	work	is	more	or	less
我们	是	全部	的	我们	熟悉的	和	这	事实	那	身体的	工作	是	更多的	或者	较少的

[ɪg'zɔːstɪŋ] [ɪn] ['dɪfrənt] [k'laɪməts] ,

exhausting	in	different	climates	,
精疲力竭	在	不同的	气候	,

我们都知道，在不同的气候条件下，体力劳动的疲劳程度各不相同。

[ænd; ənd][æz; əz][aɪ][ˌeɪ 'em] ['diːlɪŋ] , [ɔːr][ə'baʊt][tuː; tə] [diːl] , [wɪð; wɪθ][ðə; ði][wɜːrk][ʌv; əv] ['bɪznəs]

and	as	I	am	dealing	,	or	about	to	deal	,	with	the	work	of	business
和	作为	我	是	处理	,	或者	关于	到	交易	,	和	这	工作	的	商业

[men] ,

men	,
男人	,

而当我处理或即将处理商人的工作时，

[wɪtʃ] [ɪn'vɑːlvz] [ə; eɪ]['sɜːrt(ə)n] [ʃer] [ʌv; əv]['kɔːrpərəl] [ɪg'zɜːrʃn] , [æz; əz] [wel] [æz; əz][wɪð; wɪθ] [ðæt]

which	involves	a	certain	share	of	corporal	exertion	,	as	well	as	with	that
哪个	涉及	一个	肯定	分享	的	下士	用力	,	作为	出色地	作为	和	那

[ʌv; əv] [mɪr] [s'kɒləz] ,

of	mere	scholars	,
的	仅仅	学者们	,

这既包括一定程度的体力劳动，也包括纯粹的学术研究。

[aɪ][mʌst; məst][æsk] [liːv] [tuː; tə][daɪ'gres] ,

I	must	ask	leave	to	digress	,
我	必须	问	离开	到	离题	,

我必须请求允许我稍微跑题一下。

[ɪn]['ɔːrdər][tuː; tə] [ʃoʊ] [ðæt] [ɪn] [ðɪs] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] ['kʌntri] [æt; ət] [liːst] [ðə; ði][wɜːrk][ʌv; əv][ðə; ði]

in	order	to	show	that	in	this	part	of	the	country	at	least	the	work	of	the
在	命令	到	展示	那	在	这	部分	的	这	国家	在	至少	这	工作	的	这

['bɑːdi]['prɑːbəbli] [ə'keiʒənz] [mɔːr] [streɪn][ðæn; ðən][ɪn] ['jʊrəp] ,

body	probably	occasions	more	strain	than	in	Europe	,
身体	大概	场合	更多的	拉紧	比	在	欧洲	,

为了表明至少在这个地区的身体活动可能比在欧洲造成的压力更大，

[ænd; ənd][ɪz] ['fɑːloʊd] [baɪ] ['greɪtər] [sens] [ʌv; əv] [fə'tiːg] .
and **is** **followed** **by** **greater** **sense** **of** **fatigue** **.**
和 是 随后 经过 更大的 感觉 的 疲劳 .

随后会感到更加疲倦。

[ðə; ðɪ] ['kwestʃən] [ɪz] ['sɜːrt(ə)nli] [ə; eɪ] [lɑːrdʒ] [wʌn] ,
The **question** **is** **certainly** **a** **large** **one** **,**
这 问题 是 当然 一个 大的 一 ,

这无疑是一个大问题。

[ænd; ənd] [ʃʊd; ʃəd] [ɪn'kluːd] [ə; eɪ] [kən,sɪdə'reɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] ['mætərz] [kə'nektɪd] [wɪð; wɪθ] [fuːd] [ænd; ənd]
and **should** **include** **a** **consideration** **of** **matters** **connected** **with** **food** **and**
和 应该 包括 一个 考虑 的 事情 连接 和 食物 和
['stimjulənts] ,
stimulants **,**
兴奋剂 ,

并且应该包括对与食物和兴奋剂有关事项的考虑，

[ɑːn] [wɪtʃ] [aɪ] [kæn; kən] [bʌt; bət] [tʌtʃ] .
on **which** **I** **can** **but** **touch** **.**
在 哪个 我 能 但 触碰 .

我只能略微触及。

[aɪ] [hæv; həv] ['kerfəli] ['kwestʃənd] [ə; eɪ] ['nʌmbər] [ʌv; əv] ['mæstər] - [mə'kænɪks] [huː] [ɪm'plɔɪ] [bəuθ]
I **have** **carefully** **questioned** **a** **number** **of** **master** **-** **mechanics** **who** **employ** **both**
我 有 小心 被质问 一个 数字 的 掌握 - 机械学 WHO 采用 两个都
['fɔːrənərz] [ænd; ənd] ['neɪtɪv] [ə'mɛrɪkənz] ,
foreigners **and** **native** **Americans** **,**
外国人 和 本国的 美国人 ,

我仔细询问了一些雇用外国人和美洲本地人的资深技工，

[ænd; ənd] [aɪ] [ˌeɪ 'em] [ə'ʃʊrd] [ðæt] [ðə; ðɪ] ['brɪtɪʃ] ['wɜːrkmən] [faindz] ['leɪbər] [mɔːr] ['traɪɪŋ] [hɪr] [ðæn; ðən]
and **I** **am** **assured** **that** **the** **British** **workman** **finds** **labor** **more** **trying** **here** **than**
和 我 是 保证 那 这 英国 工人 发现 劳动 更多的 尝试 这里 比
[æt; ət] [hoʊm] ;
at **home** **;**
在 家 ;

而且我确信，英国工人在这里工作比在家乡工作更辛苦；

[waɪl] [pər'hæps] [ðə; ðɪ] [eɪt] - ['aʊər] ['muːvmənt] [meɪ] [biː; bi] [lʊkt] [ə'pɑːn] [æz; əz] [æn; ən] [ɪn'stɪŋktɪv]
while **perhaps** **the** **eight** **-** **hour** **movement** **may** **be** **looked** **upon** **as** **an** **instinctive**
尽管 也许 这 八 - 小时 移动 可能 是 看起来 之上 作为 一个 本能
[ɪk'spreʃ(ə)n] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [meɪn] [fækt] [æz; əz] [rɪ'gɑːrdz] ['aʊər; ɑːr] ['wɜːrkɪŋ] [klæs] [ɪn] ['dʒen(ə)rəl] .
expression **of** **the** **main** **fact** **as** **regards** **our** **working** **class** **in** **general** **.**
表达 的 这 主要的 事实 作为 问候 我们的 在职的 班级 在 一般的 .

或许，八小时工作制运动可以被视为我们工人阶级普遍面临的主要事实的一种本能表达。

[ə; eɪ] [dɪ'stɪŋgwɪʃt] ['ɪŋglɪʃ] ['skɑːlər] [ˌɪn'fɔrmz] [ˌem 'iː] [ðæt] [sɪns] [hiː; hi] [hæz; həz] [ri'zaidid] [ə'mʌŋ] [ˌjuː 'es]
A **distinguished** **English** **scholar** **informs** **me** **that** **since** **he** **has** **resided** **among** **us**
一个 杰出的 英语 学者 通知 我 那 自从 他 有 居住地 之中 我们
[ðə; ðɪ] [seɪm] [kəm'pleɪnts] ,
the **same** **complaints** **,**
这 相同的 投诉 ,

一位杰出的英国学者告诉我，自从他居住在我们这里以来，就一直有同样的抱怨，

[æz; əz] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] [dɪ'presɪŋ] [ɪ'fekts] [ʌv; əv] ['fɪzɪk(ə)l] ['leɪbər] [ɪn] [ə'merɪkə] ,
as **to** **the** **depressing** **effects** **of** **physical** **labor** **in** **America** **,**
作为 到 这 沉闷 效果 的 身体的 劳动 在 美国 ,

至于体力劳动对美国社会造成的负面影响，

[hæv; həv] [kʌm] [tuː; tə][hɪm; ɪm][frʌm; frəm] [skɪld] ['ɪŋglɪʃ] [mə'kænɪks] .

have	come	to	him	from	skilled	English	mechanics	.
有	来	到	他	从	熟练	英语	机械学	.

这些技艺精湛的英国机械师传给了他。

[wʌt] [ʃer] [tʃeɪndʒ] [ʌv; əv]['daɪət][ænd; ənd][ðə; ðɪ][laɪk] [meɪ] [hæv; həv][ɪn][ðə; ðɪ] ['mætər] [aɪ][hæv; həv]

What	share	change	of	diet	and	the	like	may	have	in	the	matter	I	have
什么	分享	改变	的	饮食	和	这	喜欢	可能	有	在	这	事情	我	有

[nɑːt] [speɪs] [tuː; tə] [dɪ'skʌs] . [-]

not	space	to	discuss	.	[	10	]
不是	空间	到	讨论	.	[	-	]

饮食习惯的改变等因素可能对此事产生多大影响，我没有篇幅讨论。[10]

[ɔːl'ðoʊ] , [frʌm; frəm] [wʌt] [aɪ][hæv; həv] [siːn] ,

Although	,	from	what	I	have	seen	,
虽然	,	从	什么	我	有	已见	,

虽然，就我所见，

[aɪ][ʃʊd; ʃəd][dʒʌdʒ] [ðæt] [ˌoʊvər'tæsk] [men][ʌv; əv] ['saɪəns] [ɑːr; ər] [ɪ'speʃəli] ['laɪəb(ə)l][tuː; tə][ðə; ðɪ]

I	should	judge	that	overtasked	men	of	science	are	especially	liable	to	the
我	应该	法官	那	任务过重	男人	的	科学	是	尤其	容易	到	这

['trʌb(ə)l] [wɪtʃ] [aɪ][hæv; həv] [kɔːld] [sə'riːbrəl] [ɪg'zɔːstʃən] ,

trouble	which	I	have	called	cerebral	exhaustion	,
麻烦	哪个	我	有	称为	大脑	疲惫	,

我认为，工作量过大的科学家尤其容易患上我称之为"脑力衰竭"的疾病。

[ɔːl] ['klæsɪz] [ʌv; əv][men] [huː] [juːz][ðə; ðɪ][breɪn] [sɪ'vɪrli] ,

all	classes	of	men	who	use	the	brain	severely	,
全部	课程	的	男人	WHO	使用	这	脑	严重	,

所有需要大量使用大脑的男性群体

[ænd; ənd] [huː] [hæv; həv]['ɔːlsoʊ] - - [ænd; ənd] [ðɪs] [ɪz][ɪm'pɔːrt(ə)nt] - - ['siːznz] [ʌv; əv] [ɪk'sesɪv] [æŋ'zaɪəti]

and	who	have	also	-	-	and	this	is	important	-	-	seasons	of	excessive	anxiety
和	WHO	有	还	-	-	和	这	是	重要的	-	-	季节	的	过多的	焦虑

[ɔːr][ʌv; əv] [greɪv] [rɪˌspɑːnsə'bɪləti] ,

or	of	grave	responsibility	,
或者	的	严重	责任	,

而且他们也——这一点很重要——会经历过度焦虑或肩负重任的时期，

[ɑːr; ər]['sʌbdʒekt][tuː; tə][ðə; ðɪ] [seɪm] [fɔːrm][ʌv; əv] [dɪ'ziːz] ;

are	subject	to	the	same	form	of	disease	;
是	主题	到	这	相同的	形式	的	疾病	;

患上同一种疾病；

[ænd; ənd] [ðɪs] [aɪ] [prɪ'zuːm] [ɪz] [waɪ] [wiː; wi] [miːt] [wɪð; wɪθ] ['nuːmərəs] ['instənsiz] [ʌv; əv] ['nɜːrvəs]

and	this	I	presume	is	why	we	meet	with	numerous	instances	of	nervous
和	这	我	怙	是	为什么	我们	见面	和	很多的	实例	的	紧张的

[ɪg'zɔːstʃən] [ə'mʌŋ] ['mɜːtʃənts] [ænd; ənd][ˌmænju'fæktʃərəz] .

exhaustion	among	merchants	and	manufacturers	.
疲惫	之中	商人	和	制造商	.

我想这就是为什么我们会在商人和制造商中看到很多神经衰弱的案例。

[ðə; ðɪ] ['lɔɪər] [ænd; ənd]['klɜːrdʒimən]['ɔːfər][ɪg'zæmpəlz] ,

The	lawyer	and	clergyman	offer	examples	,
这	律师	和	牧师	提供	示例	,

律师和牧师举例说明，

[bʌt; bət][aɪ][duː][nɑːt] [rɪ'membər] [tuː; tə][hæv; həv] [siːn] ['meni] [bæd]['keɪsɪz] [ə'mʌŋ] [fɪ'zɪʃnz] .

but	I	do	not	remember	to	have	seen	many	bad	cases	among	physicians	.
但	我	做	不是	记住	到	有	已见	许多	坏的	案例	之中	医生	.

但我记不清是否见过很多医生中的不良案例。

[dis'misɪŋ] [ðə; ði] ['iːzi] [dʒest] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['lætər] ['steɪtmənt] [wɪl] ['ʃʊrli] [sə'dʒest] ,

Dismissing	**the**	**easy**	**jest**	**which**	**the**	**latter**	**statement**	**will**	**surely**	**suggest**	**,**
解雇	这	简单的	笑话	哪个	这	后者	陈述	将要	一定	建议	,

先别理会后一种说法所暗示的轻松玩笑，

[ðə; ði]['riːz(ə)n][fɔːr; fər] [ðɪs] [wiː; wi] [meɪ] ['prez(ə)ntli] [ɪn'kaʊntər] .

the	**reason**	**for**	**this**	**we**	**may**	**presently**	**encounter**	**.**
这	原因	为了	这	我们	可能	目前	遇到	.

我们或许很快就会遇到造成这种情况的原因。

[maɪ][noʊt] - [bʊks] [siːm] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðæt] [ˌmænju'fæktʃərəz][ænd; ənd]['sɜːrt(ə)n] ['klæsɪz] [ʌv; əv]

My	**note**	**-**	**books**	**seem**	**to**	**show**	**that**	**manufacturers**	**and**	**certain**	**classes**	**of**
我的	笔记	-	图书	似乎	到	展示	那	制造商	和	肯定	课程	的

['reɪlweɪ] [ə'fɪʃ(ə)lz] [ɑːr; ər][ðə; ði][moʊst]['laɪəb(ə)l][tuː; tə] ['sʌfər] [frʌm; frəm] ['nʊrəl] [ɪgˈzɔːstʃən] .

railway	**officials**	**are**	**the**	**most**	**liable**	**to**	**suffer**	**from**	**neural**	**exhaustion**	**.**
铁路	官员	是	这	最多	容易	到	遭受	从	神经	疲惫	.

我的笔记似乎表明，制造商和某些类型的铁路官员最容易患上神经衰竭。

[nekst][tuː; tə] [ðiːz] [kʌm] ['mɜːtʃənts] [ɪn]['dʒen(ə)rəl] , ['broʊkərz] , [ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . ; [ðen] [les]

Next	**to**	**these**	**come**	**merchants**	**in**	**general**	**,**	**brokers**	**,**	**etc**	**.**	**;**	**then**	**less**
下一个	到	这些	来	商人	在	一般的	,	经纪人	,	ETC	.	;	然后	较少的

['friːkwəntli] ['klɔ˞ːdʒiːmɪn, 'klɔ˞ːdʒiːˌmɛn] ;

frequently	**clergymen**	**;**
频繁地	神职人员	;

其次是商人、经纪人等；然后是较少见的牧师；

[stɪl] [les] ['ɔːf(ə)n]['lɔjɔ˞z, 'lɔɪɔ˞z] ; [ænd; ənd] [mɔːr] ['rerli] ['dɑːktɔ˞z] ;

still	**less**	**often**	**lawyers**	**;**	**and**	**more**	**rarely**	**doctors**	**;**
仍然	较少的	经常	律师	;	和	更多的	很少	医生	;

律师就更少见了；医生就更少见了；

[waɪl] [dɪ'stresɪŋ] ['keɪsɪz][ɑːr; ər][æpt][tuː; tə] [ə'kɜːr] [ə'mʌŋ] [ðə; ði] [oʊvɔ˞sku:ld] [jʌŋ] [ʌv; əv][bəuθ]

while	**distressing**	**cases**	**are**	**apt**	**to**	**occur**	**among**	**the**	**overschooled**	**young**	**of**	**both**
尽管	令人痛心	案例	是	易于	到	发生	之中	这	过度教育	年轻的	的	两个都

['sɛksəz, 'sɛksɪz] .

sexes	**.**
性别	.

然而，过度受教育的青少年（无论男女）中却容易出现令人痛心的案例。

[ðə; ði][wɜːrst] ['instənsiz] [tuː; tə][biː; bi][met][wɪð; wɪθ][ɑːr; ər] [ə'mʌŋ] [jʌŋ] [men] ['sʌd(ə)nli] [kæst]['ɪntuː]

The	**worst**	**instances**	**to**	**be**	**met**	**with**	**are**	**among**	**young**	**men**	**suddenly**	**cast**	**into**
这	最差	实例	到	是	遇见	和	是	之中	年轻的	男人	突然	投掷	进入

['bɪznəs] [pə'ziʃənz] [ˌɪn'vɑːlvɪŋ] ['weɪti] [rɪˌspɑːnsə'bɪlətɪ] .

business	**positions**	**involving**	**weighty**	**responsibility**	**.**
商业	职位	涉及	重	责任	.

最糟糕的情况是，一些年轻人突然被推到需要承担重大责任的商业岗位上。

[aɪ][kæn; kən] [rɪ'kɔːl] ['sevrəl] ['keɪsɪz][ʌv; əv][men] ['ʌndər][ɔːr][dʒʌst]['oʊvər] ['twenti] - [wʌn] [huː] [hæv; həv]

I	**can**	**recall**	**several**	**cases**	**of**	**men**	**under**	**or**	**just**	**over**	**twenty**	**-**	**one**	**who**	**have**
我	能	记起	一些	案例	的	男人	在下面	或者	只是	超过	二十	-	一	WHO	有

[lɔːst] [helθ] [waɪl] [ə'temptɪŋ] [tuː; tə] ['kæri] [ðə; ði] [riˌspɑːnsə'bɪlətiz] [ʌv; əv] [greɪt] [ˌmænjʊ'fæktəriz] .

lost	**health**	**while**	**attempting**	**to**	**carry**	**the**	**responsibilities**	**of**	**great**	**manufactories**	**.**
丢失的	健康	尽管	尝试	到	携带	这	职责	的	伟大的	工厂	.

我记得有好几个不到二十一岁或刚过二十一岁的男人，因为承担大型制造厂的重任而损害了健康。

[ɪk'saɪtɪd][ænd; ənd]['stɪmjuleɪtɪd][baɪ][ðə; ði][praɪd][ʌv; əv] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [tʃɑːrdʒ] ,

Excited	**and**	**stimulated**	**by**	**the**	**pride**	**of**	**such**	**a**	**charge**	**,**
兴奋的	和	刺激	经过	这	自豪	的	这样的	一个	收费	,

因肩负如此重任而感到兴奋和自豪，

[ðeɪ] [hæv; həv] [wɜːrkt] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['sɜːrt(ə)n][ˌegzɔːl'teɪʃ(ə)n][ʌv; əv][breɪn] , [ænd; ənd] , [ə'tʃiːvɪŋ]
they **have** **worked** **with** **a** **certain** **exaltation** **of** **brain** **,** **and** **,** **achieving**
他们 有 工作 和 一个 肯定 提高 的 脑 , 和 , 实现
[sək'ses] ,
success **,**
成功 ,

他们凭借着高度的智慧和创造力进行工作，并取得了成功。

[hæv; həv] [bɪn] ['strɪkən] [daʊn] [ɪn][ðə; ði]['moʊmənt][ʌv; əv] ['traɪʌmf] .
have **been** **stricken** **down** **in** **the** **moment** **of** **triumph** **.**
有 到过 受打击的 向下 在 这 片刻 的 胜利 .

在胜利的瞬间被击倒。

[ðɪs] [tuː] ['friːkwənt] ['præktɪs] [ʌv; əv] [ˌɪmə'tʃʊr] [men] ['goʊɪŋ]['ɪntuː] ['bɪznəs] , [ɪ'speʃəli] [wɪð; wɪθ]
This **too** **frequent** **practice** **of** **immature** **men** **going** **into** **business** **,** **especially** **with**
这 也 频繁 实践 的 不成熟 男人 去 进入 商业 , 尤其 和
['bɔːroʊd] ['kæpɪt(ə)l] ,
borrowed **capital** **,**
借来的 首都 ,

这种不成熟的男性频繁创业，尤其是借贷资金创业的做法，

[ɪz][ə; eɪ] ['sɪriəs] ['iːv(ə)l] .
is **a** **serious** **evil** **.**
是 一个 严肃的 邪恶的 .

是一种严重的罪恶。

[ðə; ði] [seɪm] ['pɜːrs(ə)n] , ['grædʒuəli] [treɪnd] [tuː; tə]['nætʃ(ə)rəli][ænd; ənd] ['sloʊli] [ɪn'kriːsɪŋ] ['bəːdənz] ,
The **same** **person** **,** **gradually** **trained** **to** **naturally** **and** **slowly** **increasing** **burdens** **,**
这 相同的 人 , 逐步地 受过训练 到 自然 和 缓慢地 增加 负担 ,

同一个人，逐渐训练，自然而然地、缓慢地承担越来越重的负担，

[wʊd] [hæv; həv] [bɪn] [ʃʊr] [ʌv; əv] ['helθi] [sək'ses] .
would **have** **been** **sure** **of** **healthy** **success** **.**
会 有 到过 当然 的 健康 成功 .

原本肯定会取得良好的成功。

[ɪn][ˌɪndɪ'vɪdʒuəl]['keɪsɪz][aɪ][hæv; həv][faʊnd] [ˌaɪ 'tiː][soʊ]['ɔːf(ə)n][veɪn][tuː; tə] [rɪ'mɑːnstreɪt] [ɔːr][tuː; tə][pɔɪnt]
In **individual** **cases** **I** **have** **found** **it** **so** **often** **vain** **to** **remonstrate** **or** **to** **point**
在 个人 案例 我 有 成立 它 所以 经常 徒劳 到 抗议 或者 到 观点
[aʊt][ðə; ði] ['veriəs] ['hæbɪts] [wɪtʃ] [kə'lektɪvli] [ækt][fɔːr; fər] ['mɪstʃɪf] [ɑːn]['aʊər; ɑːr] ['bɪznəs] [klæs]
out **the** **various** **habits** **which** **collectively** **act** **for** **mischief** **on** **our** **business** **class**
出去 这 各种各样的 习惯 哪个 集体 行为 为了 恶作剧 在 我们的 商业 班级
[ðæt] [aɪ] [meɪ] [wel] [dɪ'sper] [ʌv; əv] ['duːɪŋ] [gʊd] [baɪ][ə; eɪ] [mɪr] ['dʒen(ə)rəl] ['steɪtmənt] .
that **I** **may** **well** **despair** **of** **doing** **good** **by** **a** **mere** **general** **statement** **.**
那 我 可能 出色地 绝望 的 正在做 好的 经过 一个 仅仅 一般的 陈述 .

在个别案例中，我发现，无论是劝诫还是指出各种习惯如何共同对我们商界造成损害，都常常是徒劳的，因此，我可能对仅仅通过一般性声明来做好事感到绝望。

[æz; əz][aɪ][hæv; həv]['noʊtɪd][ðem; ðəm] , [kə'nektɪd] [wɪð; wɪθ]['keɪsɪz][ʌv; əv][ˌoʊvər'wɜːrk] , [ðeɪ] [ɑːr; ər]
As **I** **have** **noted** **them** **,** **connected** **with** **cases** **of** **overwork** **,** **they** **are**
作为 我 有 著名的 他们 , 连接 和 案例 的 过度劳累 , 他们 是
[ðiːz] :
these **:**
这些 :

正如我所记录的，与过度劳累相关的案例有以下几点：

[leɪt] ['aʊərz][ʌv; əv][wɜːrk] , [ɪ'regjələr] [miːlz] ['boʊltɪd][ɪn] [heɪst] [ə'weɪ][frʌm; frəm][hoʊm] ,
late **hours** **of** **work** **,** **irregular** **meals** **bolted** **in** **haste** **away** **from** **home** **,**
晚的 小时 的 工作 , 不规律的 餐 螺栓连接 在 匆忙 离开 从 家 ,

工作时间很晚，吃饭不规律，经常匆匆忙忙地离开家。

[ðə; ði][wɑːnt][ʌv; əv]['hɑːlədeɪz][ænd; ənd][ʌv; əv] [pə'sjuːts] [ˌaʊt'saɪd][ʌv; əv] ['bɪznəs] , [ænd; ənd][ðə; ði]

the	want	of	holidays	and	of	pursuits	outside	of	business	,	and	the
这	想	的	假期	和	的	追求	外部	的	商业	,	和	这

['kɑːnsɪkwent] ['præktɪs] [ʌv; əv] ['kærɪɪŋ] [hoʊm] ,

consequent	practice	of	carrying	home	,
后果	实践	的	携带	家	,

缺乏假期和工作以外的休闲活动，以及由此产生的把工作带回家的习惯，

[æz; əz][ðə; ði]['oʊnli]['sʌbʤekt][ʌv; əv] [tɔːk] , [ðə; ði] ['kɛrz] [ænd; ənd] [sək'sesɪz] [ʌv; əv][ðə; ði] [kaʊntɪŋ] -

as	the	only	subject	of	talk	,	the	cares	and	successes	of	the	counting	-
作为	这	仅有的	主题	的	讲话	,	这	关心	和	成功	的	这	计数	-

[haʊs] [ænd; ənd][ðə; ði] [stɑːk] - [bɔːrd] .

house	and	the	stock	-	board	.
房子	和	这	库存	-	木板	.

人们谈论的只有财务部门和股票委员会的忧虑和成败。

[moʊst][ʌv; əv] [ðiːz] ['iːv(ə)l]['hæbɪts][rɪ'kwaɪər][noʊ] ['kɑːment] .

Most	of	these	evil	habits	require	no	comment	.
最多	的	这些	邪恶的	习惯	要求	不	评论	.

这些恶习大多无需赘述。

[wʌt] , [ɪn'diːd] , [kæn; kən][biː; bi] [sed] ?

What	,	indeed	,	can	be	said	?
什么	,	的确	,	能	是	说	?

究竟还能说什么呢?

[ðə; ði][mæn] [huː] [hæz; həz] [wɜːrkt] [hɑːrd][ɔːl] [deɪ] , [ænd; ənd] ['lʌntʃt] [ɔːr][daind] ['heɪstɪli] ,

The	man	who	has	worked	hard	all	day	,	and	lunched	or	dined	hastily	,
这	男人	WHO	有	工作	难的	全部	天	,	和	午餐	或者	用餐	草草	,

辛勤工作了一整天，匆匆吃过午饭或晚饭的人，

[kʌmz] [hoʊm][ɔːr][goʊz][tuː; tə][ðə; ði][klʌb][tuː; tə] [kən'vɜːrs] - - [seɪv] [ðə; ði][mɑːrk] ! - - [ə'baʊt] [gʊdz]

comes	home	or	goes	to	the	club	to	converse	-	-	save	the	mark	!	-	-	about	goods
来	家	或者	去	到	这	俱乐部	到	交谈	-	-	节省	这	标记	!	-	-	关于	商品

[ænd; ənd] [stɑːks] .

and	stocks	.
和	股票	.

回家或去俱乐部谈论——省钱！——关于商品和股票。

['hɑːlədeɪz] , [ɪk'sept] [ɪn] ['sʌmər] , [hiː; hi] [noʊz] [nɑːt] ,

Holidays	,	except	in	summer	,	he	knows	not	,
假期	,	除了	在	夏天	,	他	知道	不是	,

除了暑假之外，他不知道还有哪些假期。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðen] [θɔːt] [taɪm] [ɪ'nʌf] ['teɪkən][frʌm; frəm][wɜːrk] [ɪf] [ðə; ði][mæn] [sliːps] [ɪn]

and	it	is	then	thought	time	enough	taken	from	work	if	the	man	sleeps	in
和	它	是	然后	想法	时间	足够的	已采取	从	工作	如果	这	男人	睡觉	在

[ðə; ði] ['kʌntri] [ænd; ənd] [kʌmz] ['ɪntuː][ə; eɪ][hɑːt]['sɪti] ['deɪli] ,

the	country	and	comes	into	a	hot	city	daily	,
这	国家	和	来	进入	一个	热的	城市	日常的	,

因此，人们认为如果一个人晚上睡在乡下，每天来到炎热的城市，那么他所占用的工作时间就足够了。

[ɔːr][æt; ət][ðə; ði][best][hæz; həz][ə; eɪ] [wiːk] [ɔːr] [tuː] [æt; ət][ðə; ði] [siː] - [ʃɔːr] .

or	at	the	best	has	a	week	or	two	at	the	sea	-	shore	.
或者	在	这	最好的	有	一个	星期	或者	二	在	这	海	-	支撑	.

或者最好的情况是，在海边待上一两个星期。

[ðɪs] [ɪn'ses(ə)nt] [mə'nɑːtəni] [telz] [ɪn][ðə; ði][end] .

This	incessant	monotony	tells	in	the	end	.
这	不停歇	单调	讲述	在	这	结尾	.

这种无休止的单调最终会酿成后果。

[men] [hæv; həv] [kən'fest] [tu:; tə] [ˌem 'i:] [ðæt] [fɔ:r; fər] ['twenti] ['jɪrz] [ðeɪ] [hæd; həd] [wɜ:rkt] ['evri] [deɪ]

Men	have	confessed	to	me	that	for	twenty	years	they	had	worked	every	day
男人	有	坦白	到	我	那	为了	二十	年	他们	有	工作	每一个	天

,

,

,

有人向我坦白，他们二十年来每天都在工作，

['ɔ:f(ə)n] ['trævəlɪŋ] [æt; ət] [naɪt] [ɔ:r] [ɑ:n] ['sʌndiz; -deiz] [tu:; tə] [seɪv] [taɪm] ,

often	travelling	at	night	or	on	Sundays	to	save	time	,
经常	旅行	在	夜晚	或者	在	星期日	到	节省	时间	,

为了节省时间，经常选择夜间或周日出行。

[ænd; ənd] [ðæt] [ɪn] [ɔ:l] [ðɪs] ['pɪriəd] [ðeɪ] [hæd; həd] [nɑ:t] ['teɪkən] [wʌn] [deɪ] [fɔ:r; fər] [pleɪ] .

and	that	in	all	this	period	they	had	not	taken	one	day	for	play	.
和	那	在	全部	这	时期	他们	有	不是	已采取	一	天	为了	玩	.

在此期间，他们一天也没有玩耍的时间。

[ði:z] [ɑ:r; ər] [ɪk'stri:m] ['instənsiz] ,

These	are	extreme	instances	,
这些	是	极端	实例	,

这些都是极端案例。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] ['ɔ:lsoʊ] [ɪn] [ə; eɪ] ['meʒər] [ˌreprɪ'zentətɪv] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['fraɪtfəli] ['dʒen(ə)rəl] ['soʊʃ(ə)l] ['i:v(ə)l] .

but	they	are	also	in	a	measure	representative	of	a	frightfully	general	social	evil	.
但	他们	是	还	在	一个	措施	代表	的	一个	可怕地	一般的	社会的	邪恶的	.

但它们也在某种程度上代表了一种可怕的普遍社会弊病。

[ɪz] [ˌaɪ 'ti:] ['eni] ['wʌndər] [ɪf] [ə'sailəmz] [fɔ:r; fər] [ðə; ði] [ɪn'seɪn] [geɪp] [fɔ:r; fər] [sʌtʃ] [men] ?

Is	it	any	wonder	if	asylums	for	the	insane	gape	for	such	men	?
是	它	任何	想知道	如果	精神病院	为了	这	疯狂的	张开	为了	这样的	男人	?

难怪精神病院会如此欢迎这类人。

[ðer; ðər] [kʌmz] [tu:; tə] [ðem; ðəm] [æt; ət] [læst] [ə; eɪ] ['si:z(ə)n] [ʌv; əv] ['bɪznəs] [ɪm'bærəsmənt] ; [ɔ:r] ,

There	comes	to	them	at	last	a	season	of	business	embarrassment	;	or	,
那里	来	到	他们	在	最后的	一个	季节	的	商业	尴尬	;	或者	,

他们最终还是会遇到生意上的尴尬时期；或者说，

[wen] [ðeɪ] [get] [tu:; tə] [bi:; bi] ['fɪfti] [ɔ:r] [ˌðerə'baʊts] , [ðə; ði] [breɪn] [bɪ'gɪnz] [tu:; tə] [fi:l] [ðə; ði] [streɪn] ,

when	they	get	to	be	fifty	or	thereabouts	,	the	brain	begins	to	feel	the	strain	,
什么时候	他们	得到	到	是	五十	或者	大约	,	这	脑	开始	到	感觉	这	拉紧	,

当人到了五十岁左右，大脑就开始感到压力了。

[ænd; ənd] [dʒʌst] [æz; əz] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] ['θɪŋkɪŋ] , " [naʊ] [wi:; wi] [wɪl] [stɑ:p] [ænd; ənd] [ɪn'dʒɔɪ] [ɑ:r'selvz] ,

and	just	as	they	are	thinking	,	"	Now	we	will	stop	and	enjoy	ourselves	,
和	只是	作为	他们	是	思维	,	"	现在	我们	将要	停止	和	享受	我们自己	,

正当他们想着"现在我们要停下来好好享受一下"的时候，

" [ðə; ði] [breɪn] , [wɪtʃ] , [sleɪv] - [laɪk] , ['nevər] ['mə:məz] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'ti:] [breɪks] [aʊt] ['ɪntu:] ['oʊpən] [ˌɪnsə'rekʃ(ə)n] ,

"	the	brain	,	which	,	slave	-	like	,	never	murmurs	until	it	breaks	out	into	open	insurrection	,
"	这	脑	,	哪个	,	奴隶	-	喜欢	,	绝不	低语	直到	它	休息	出去	进入	打开	起义	,

"大脑就像奴隶一样，从不发出任何声音，直到它爆发公开的叛乱。"

['sʌd(ə)nli] [ri'fju:ziz] [tu:; tə] [wɜ:rk] , [ænd; ənd] [ðə; ði] ['mɪstʃɪf] [ɪz] [dʌn] .

suddenly	refuses	to	work	,	and	the	mischief	is	done	.
突然	拒绝	到	工作	,	和	这	恶作剧	是	完毕	.

突然拒绝工作，恶作剧就此结束。

[ðer; ðər][ɑ:r; ər] ['ðerfɔ:r] [tu:] [pɪrɪədz] [ʌv; əv] [ɪg'zɪstəns] [ɪ'speʃəli] [proʊn][tu:; tə] [ðoʊz] ['trʌblz] ,

There	are	therefore	two	periods	of	existence	especially	prone	to	those	troubles	,
那里	是	所以	二	时期	的	存在	尤其	易于	到	那些	麻烦	,

因此，人一生中有两个时期特别容易受到这些问题的影响。

- - [wʌn] [wen] [ðə; ði][maɪnd][ɪz] [mə'tjʊr] ; [ə'nʌðər] [æt; ət][ðə; ði] ['tɜ:rnɪŋ] - [pɔɪnt] [ʌv; əv][laɪf] ,

-	-	one	when	the	mind	is	maturing	;	another	at	the	turning	-	point	of	life	,
-	-	一	什么时候	这	头脑	是	成熟	;	其他	在	这	转弯	-	观点	的	生活	,

——一次是在心智成熟之时；另一次是在人生转折点之时。

[wen] [ðə; ði][breɪn][hæz; həz] [ə'teɪnd] [ɪts] ['fʊlɪst] ['paʊər] ,

when	the	brain	has	attained	its	fullest	power	,
什么时候	这	脑	有	已达到	它是	最	力量	,

当大脑达到其最大潜能时，

[ænd; ənd][hæz; həz][left][bɪ'haɪnd][ˌaɪ 'ti:] [ə'kɑ:mplɪʃt] [ðə; ði]['lɑ:rdʒər][pɑ:rt][ʌv; əv][ɪts][best] ['entərpraɪz]

and	has	left	behind	it	accomplished	the	larger	part	of	its	best	enterprise
和	有	左边	在后面	它	完成	这	更大的	部分	的	它是	最好的	企业

[ænd; ənd][moʊst] ['æktɪv] ['leɪbər] .

and	most	active	labor	.
和	最多	积极的	劳动	.

并留下了它最伟大的事业和最积极的劳动成果的大部分。

[aɪ][ˌeɪ 'em][dɪ'spoʊzd][tu:; tə] [θɪŋk] [ðæt][ðə; ði][və'raɪəti][ʌv; əv][wɜ:rk] [dʌn] [baɪ]['lɔjɜ-z, 'lɔɪɜ-z] ,

I	am	disposed	to	think	that	the	variety	of	work	done	by	lawyers	,
我	是	处置	到	思考	那	这	种类	的	工作	完毕	经过	律师	,

我倾向于认为律师所从事的工作种类繁多，

[ðer; ðər] [lɔ:ŋ] ['sʌmər] ['hɑ:lədeɪ] , [ðer; ðər] [mɔ:r] ['dʒen(ə)rəl][ˌkʌltɪ'veɪʃ(ə)n] ,

their	long	summer	holiday	,	their	more	general	cultivation	,
他们的	长的	夏天	假期	,	他们的	更多的	一般的	栽培	,

他们漫长的暑假，他们更广泛的修行，

[ðer; ðər]['ju:ʒuəl] [teɪsts] [fɔ:r; fər] ['lɪtərəri] [ɔ:r] ['ʌðər] ['ɑ:bdʒekts][aʊt][ʌv; əv][ðer; ðər] ['bɪznəs] [wɔ:ks] ,

their	usual	tastes	for	literary	or	other	objects	out	of	their	business	walks	,
他们的	通常	口味	为了	文学	或者	其他	对象	出去	的	他们的	商业	散步	,

他们平时在工作之外，对文学作品或其他物品的爱好，

[meɪ] , [tu:; tə][sʌm; səm][ɪk'stent] , [seɪv] [ðem; ðəm] ,

may	,	to	some	extent	,	save	them	,
可能	,	到	一些	程度	,	节省	他们	,

或许能在某种程度上拯救他们。

[æz; əz] [wel] [æz; əz][ðə; ði][fækt] [ðæt] [ðeɪ] [kæn; kən] ['rerli] [bi:; bi]['sʌbdʒekt][tu:; tə][ðə; ði]['sʌd(ə)n]

as	well	as	the	fact	that	they	can	rarely	be	subject	to	the	sudden
作为	出色地	作为	这	事实	那	他们	能	很少	是	主题	到	这	突然

[ænd; ənd] ['fɪrf(ə)l] [riˌspɑ:nsə'bɪlətiz] [ʌv; əv] ['bɪznəs] [men] .

and	fearful	responsibilities	of	business	men	.
和	可怕	职责	的	商业	男人	.

此外，他们也很少会像商人那样，突然承担起令人恐惧的责任。

[mɔ:r'oʊvər] , [laɪk][ðə; ði]['dɑ:ktər] , [ðə; ði] ['lɔɪər] [gets][hɪz; ɪz] [weɪt] [ə'pɑ:n][hɪm; ɪm] ['sloʊli] ,

Moreover	,	like	the	doctor	,	the	lawyer	gets	his	weight	upon	him	slowly	,
而且	,	喜欢	这	医生	,	这	律师	获得	他的	重量	之上	他	缓慢地	,

此外，就像医生一样，律师的压力也是慢慢地压在他身上的。

[ænd; ənd][ɪz] ['θɜ:rti] [æt; ət] [li:st] [bɪ'fɔ:r] [ˌaɪ 'ti:][kæn; kən][bi:; bi] ['hevi] [ɪ'nʌf] [tu:; tə][tæsk][hɪm; ɪm]

and	is	thirty	at	least	before	it	can	be	heavy	enough	to	task	him
和	是	三十	在	至少	前	它	能	是	重的	足够的	到	任务	他

[sɪ'vɪrli] .

severely	.
严重	.

至少要到三十岁，体重才能重到足以对他造成严重负担。

[ðə; ði] ['bɪznəs] ['mænz]['oʊnli][ˌɪmɪ'teɪʃ(ə)n][ɪz] [niːd] [ʌv; əv] ['mʌni] ,

The	business	man's	only	limitation	is	need	of	money	,
这	商业	男人的	仅有的	局限性	是	需要	的	钱	,

商人唯一的限制就是对金钱的需求。

[ænd; ənd] [fjuː] [jʌŋ] ['mɜːrkənti:l] [men] [wɪl] ['hezɪteɪt] [tuː; tə] ['entər] [treɪd] [ɑːn][ðer; ðər] [oʊn] [ə'kaʊnt]

and	few	young	mercantile	men	will	hesitate	to	enter	trade	on	their	own	account
和	很少	年轻的	商业	男人	将要	犹豫	到	进入	贸易	在	他们的	自己的	帐户

[ɪf] [ðeɪ] [kæn; kən] [kə'mænd] ['kæpɪt(ə)l] .

if	they	can	command	capital	.
如果	他们	能	命令	首都	.

只要有足够的资金，很少有年轻的商人会犹豫是否要自主创业。

[wɪð; wɪθ][ðə; ði]['dɑːktər] , [æz; əz][wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['lɔɪər] , [ə; eɪ] [lɔːŋ] [ˌɪntə'lektʃuəl] [ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] , [ə; eɪ]

With	the	doctor	,	as	with	the	lawyer	,	a	long	intellectual	education	,	a
和	这	医生	,	作为	和	这	律师	,	一个	长的	知识分子	教育	,	一个

['sloʊli] - [ɪn'kriːsɪŋ] [streɪn] ,

slowly	-	increasing	strain	,
缓慢地	-	增加	拉紧	,

医生和律师一样，都需要长期的知识教育，以及逐渐增加的压力。

[ænd; ənd] [riˌspɑːnsə'bɪlətiz] [ʌv; əv]['grædʒuəl] [groʊθ] [tend] , [wɪð; wɪθ][hɪz; ɪz][aʊt] - [dɔːr] [laɪf] ,

and	responsibilities	of	gradual	growth	tend	,	with	his	out	-	door	life	,
和	职责	的	逐渐地	生长	趋向	,	和	他的	出去	-	门	生活	,

随着他户外生活的深入，他逐渐承担起成长的责任。

[tuː; tə] [seɪv] [hɪm; ɪm][frʌm; frəm][ðə; ði][fɔːrm][ʌv; əv] [dɪ'ziːz] [aɪ][hæv; həv] [bɪn] [ə'l(j)uːd] [tuː; tə] .

to	save	him	from	the	form	of	disease	I	have	been	alluding	to	.
到	节省	他	从	这	形式	的	疾病	我	有	到过	暗示	到	.

为了让他免受我一直提到的那种疾病的折磨。

[ðɪs] ['elɪmənt] [ʌv; əv]['oʊpən] - [er] [laɪf] , [aɪ] [sə'spekt] ,

This	element	of	open	-	air	life	,	I	suspect	,
这	元素	的	打开	-	空气	生活	,	我	怀疑	,

我怀疑，这种户外生活元素

[hæz; həz][ə; eɪ] [ʃer] [ɪn] [prə'tektɪŋ] [men] [huː] [ɪn] ['meni] [rɪ'spɛkts, riː'spɛkts, rə'spɛks, riː'spɛks] [liːd] [ə; eɪ]

has	a	share	in	protecting	men	who	in	many	respects	lead	a
有	一个	分享	在	保护	男人	WHO	在	许多	尊重	带领	一个

[moʊst] [ʌn'helθi] [ɪg'zɪstəns] .

most	unhealthy	existence	.
最多	不良	存在	.

在保护那些在许多方面过着极其不健康生活方式的男性方面，也发挥着一定的作用。

[ðə; ði]['dɑːktər] , [huː] [ɪz][sə'poʊzd; sə'poʊzɪd][tuː; tə][get][ə; eɪ][lɑːrdʒ] [ʃer] [ʌv; əv]['eksərsaɪz] ,

The	doctor	,	who	is	supposed	to	get	a	large	share	of	exercise	,
这	医生	,	WHO	是	据称	到	得到	一个	大的	分享	的	锻炼	,

这位医生应该进行大量的锻炼，

[ɪn] [ri'æləti] [gets] ['veri] ['lɪt(ə)l]['æftər][hiː; hi] [grəuz] [tuː] ['bɪzi] [tuː; tə] [wɔːk] ,

in	reality	gets	very	little	after	he	grows	too	busy	to	walk	,
在	现实	获得	非常	小的	后	他	生长	也	忙碌的	到	走	,

事实上，当他忙得走不动路之后，就几乎什么也得不到了。

[ænd; ənd][hæz; həz] [ðen] ['oʊnli][ðə; ði][ˌɪnsɪ'dent(ə)l][ɪk'spoʊʒər][tuː; tə][aʊt] - [ʌv; əv] - [dɔːr] [er] .

and	has	then	only	the	incidental	exposure	to	out	-	of	-	door	air	.
和	有	然后	仅有的	这	偶然的	接触	到	出去	-	的	-	门	空气	.

因此，他们只会偶尔接触到室外空气。

[wen] [ðɪs] [ɪz] [ə'soʊsieɪtɪd] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [fer] [ʃer] [ʌv; əv] ['fɪzɪk(ə)l] [ɪg'zɜːrʃn] ,

When	this	is	associated	with	a	fair	share	of	physical	exertion	,
什么时候	这	是	联系	和	一个	公平的	分享	的	身体的	用力	,

当这伴随着相当一部分体力消耗时，

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][æn; ən] [ɪˈmens] ['seɪfgɑːrd] [əˈgenst] [ðə; ði]['ɪlz][ʌv; əv][æŋˈzaɪəti][ænd; ənd] [tuː] [mʌtʃ] [breɪn] -

it	is	an	immense	safeguard	against	the	ills	of	anxiety	and	too	much	brain	-
它	是	一个	巨大	保障	反对	这	疾病	的	焦虑	和	也	很多	脑	-

[wɜːrk] .

work	.
工作	.

它是抵御焦虑和过度脑力劳动带来的种种弊端的巨大保障。

[fɔːr; fər] [ðiːz] ['riːz(ə)nz][aɪ][duː][nɑːt] [daʊt] [ðæt][ðə; ði] [ɪ'fekts] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [greɪt] ['sɪv(ə)l][wɔːr]

For	these	reasons	I	do	not	doubt	that	the	effects	of	our	great	civil	war
为了	这些	原因	我	做	不是	怀疑	那	这	效果	的	我们的	伟大的	民用	战争

[wɜːr; wər][fɑːr] [mɔːr] [sɪ'vɪrli] [felt][baɪ][ðə; ði] ['sekrəteri] [ʌv; əv][wɔːr][ænd; ənd] ['prezɪdənt] ['lɪŋkən]

were	far	more	severely	felt	by	the	Secretary	of	War	and	President	Lincoln
是	远的	更多的	严重	毛毡	经过	这	秘书	的	战争	和	总统	林肯

[ðæn; ðən][baɪ][grænt][ɔːr] ['ʃəːmən] .

than	by	Grant	or	Sherman	.
比	经过	授予	或者	谢尔曼	.

基于这些原因，我毫不怀疑，我们伟大的内战对战争部长和林肯总统的影响远比对格兰特或谢尔曼的影响更为严重。

[ðə; ði] ['werɪŋ] , [ɪn'ses(ə)nt] ['kɛrz] [ʌv; əv][ˌoʊvər'wɜːrk] , [ʌv; əv] ['bɪznəs] [æŋ'zaɪəti] , [ænd; ənd][ðə; ði][laɪk]

The	wearing	,	incessant	cares	of	overwork	,	of	business	anxiety	,	and	the	like
这	穿着	,	不停歇	关心	的	过度劳累	,	的	商业	焦虑	,	和	这	喜欢

,

,
,

过度劳累带来的疲惫和持续不断的忧虑，工作焦虑等等，

[prə'duːs] [də'rektli; daɪ'rektli] [dɪ'ziːzɪz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['nɜːrvəs] ['sɪstəm] , [ænd; ənd][ɑːr; ər]['ɔːlsoʊ][ðə; ði]

produce	directly	diseases	of	the	nervous	system	,	and	are	also	the
生产	直接地	疾病	的	这	紧张的	系统	,	和	是	还	这

['fɜːrtl] ['perənts] [ʌv; əv] [dɪs'pepʃə] ,

fertile	parents	of	dyspepsia	,
沃	父母	的	消化不良	,

它们直接导致神经系统疾病，也是消化不良的罪魁祸首。

[kən'sʌmpʃ(ə)n] , [ænd; ənd] ['mælədi] [ʌv; əv][ðə; ði] [hɑːrt] .

consumption	,	and	maladies	of	the	heart	.
消耗	,	和	疾病	的	这	心	.

肺结核和心脏疾病。

[haʊ] ['ɔːf(ə)n][wiː; wi][kæn; kən] [treɪs] [ɔːl][ðə; ði][fɔːrmz][ʌv; əv][ðə; ði][fɜːrst] - [neɪmd] ['proʊtiənˌproʊ'tiːən]

How	often	we	can	trace	all	the	forms	of	the	first	-	named	protean
如何	经常	我们	能	痕迹	全部	这	表格	的	这	第一的	-	命名	变化多端的

[dɪ'ziːz] [tuː; tə] [sʌtʃ] ['kɔːzɪz] [ɪz]['oʊnli] [tuː] [wel] [noʊn] [tuː; tə] ['evri] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ,

disease	to	such	causes	is	only	too	well	known	to	every	physician	,
疾病	到	这样的	原因	是	仅有的	也	出色地	已知	到	每一个	医生	,

对于每一位医生来说，我们都非常清楚，第一种被提及的变幻莫测的疾病的所有表现形式，都可以追溯到这些病因。

[ænd; ənd][ðer; ðər] [kə'nekʃ(ə)n] [wɪð; wɪθ]['kɑːrdiæk] ['trʌblz] [ɪz]['ɔːlsoʊ] [wel] [ˌʌndər'stʊd] .

and	their	connection	with	cardiac	troubles	is	also	well	understood	.
和	他们的	联系	和	心脏	麻烦	是	还	出色地	理解	.

它们与心脏疾病的联系也已被人们充分理解。

['hæpɪli] ,

Happily	,
快乐地	,

令人欣慰的是，

['fʌŋkʃən(ə)l] ['trʌblz] [ʌv; əv] [hɑ:rt] [ɔ:r] ['stʌmək] [ɑ:r; ər][fɑ:r][frʌm; frəm] [ʌn'fri:kwənt]

functional	troubles	of	heart	or	stomach	are	far	from	unfrequent
功能性	麻烦	的	心	或者	胃	是	远的	从	不频繁

[pri'kɜ:rsərz; prɪ'kɜ:rsərz][ʌv; əv][ðə; ði]['greɪvər] ['mɪstʃɪf] [wɪtʃ] ['faɪnəli] [fɔ:lz] [ə'pɑ:n][ðə; ði] [nɜ:rv] - ['sentərz]

precursors	of	the	graver	mischief	which	finally	falls	upon	the	nerve	-	centres
前体	的	这	刻刀	恶作剧	哪个	最后	瀑布	之上	这	神经	-	中心

[ɪf] [ðə; ði] ['laɪtər] ['wɔ:nɪŋz] [hæv; həv] [bɪn] [nɪ'glektɪd] ;

if	the	lighter	warnings	have	been	neglected	;
如果	这	打火机	警告	有	到过	被忽视的	;

如果忽视了较轻的警告，心脏或胃的功能性问题远非更严重疾病的罕见先兆，最终会导致神经中枢遭受更严重的损害；

[ænd; ənd][fɔ:r; fər] [ðɪs] ['ri:z(ə)n][noʊ][mæn] [hu:] [hæz; həz][tu:; tə][ju:z][hɪz; ɪz][breɪn] [ˌenər'dʒetɪkli]

and	for	this	reason	no	man	who	has	to	use	his	brain	energetically
和	为了	这	原因	不	男人	WHO	有	到	使用	他的	脑	精力充沛地

[ænd; ənd][fɔ:r; fər] [lɔ:ŋ] [pɪrɪədz] [kæn; kən] [ə'fɔ:rd] [tu:; tə][ˌdɪsrɪ'gɑ:rd][ðə; ði] [hɪnts] [wɪtʃ] [hi:; hi] [gets]

and	for	long	periods	can	afford	to	disregard	the	hints	which	he	gets
和	为了	长的	时期	能	买得起	到	漠视	这	提示	哪个	他	获得

[frʌm; frəm] [ə'tæks] [ʌv; əv] [ˌpælpə'teʃən] [ʌv; əv] [hɑ:rt] [ɔ:r][frʌm; frəm][ə; eɪ] [dɪs'ɔ:rdərd] ['stʌmək] .

from	attacks	of	palpitation	of	heart	or	from	a	disordered	stomach	.
从	攻击	的	心悸	的	心	或者	从	一个	混乱	胃	.

因此，任何需要长时间精力充沛地使用大脑的人都不能忽视心悸或胃部不适等症状所发出的警告信号。

[ɪn] ['meni] ['instənsiz] [ði:z] [ɑ:r; ər][ðə; ði]['oʊnli] [ɪk'spreʃənz] [ʌv; əv][ðə; ði][fækt] [ðæt] [hi:; hi][ɪz] [ə'bju:zɪŋ]

In	many	instances	these	are	the	only	expressions	of	the	fact	that	he	is	abusing
在	许多	实例	这些	是	这	仅有的	表达式	的	这	事实	那	他	是	滥用

[ðə; ði] [mə'ʃi:nəri] [ʌv; əv][maɪnd][ɔ:r]['bɑ:di] ;

the	machinery	of	mind	or	body	;
这	机械	的	头脑	或者	身体	;

在很多情况下，这些是他滥用身心机制的唯一表现；

[ænd; ənd][ðə; ði] ['sʌfərər] [meɪ] [θɪŋk] [hɪm'self] ['fɔ:rtʃənət] [ðæt] [ðɪs] [ɪz][ðə; ði] [keɪs] ,

and	the	sufferer	may	think	himself	fortunate	that	this	is	the	case	,
和	这	患者	可能	思考	他自己	幸运	那	这	是	这	案件	,

而患者或许会认为自己很幸运，情况正是如此。

[sɪns] ['i:v(ə)n][ðə; ði] [li:st] ['sɪriəs] [dɪ'gri:z] [ʌv; əv][də'rekt] [ɪg'zɔ:stʃən] [ʌv; əv][ðə; ði]['sentərz] [wɪð; wɪθ]

since	even	the	least	serious	degrees	of	direct	exhaustion	of	the	centres	with
自从	甚至	这	至少	严肃的	学位	的	直接的	疲惫	的	这	中心	和

[wɪtʃ] [hi:; hi] [fi:lz] [ænd; ənd] [θɪŋks] [ɑ:r; ər] [mɔ:r] [greɪv] [ænd; ənd][ɑ:r; ər] [les] ['oʊpən][tu:; tə] ['redi]

which	he	feels	and	thinks	are	more	grave	and	are	less	open	to	ready
哪个	他	感觉	和	思考	是	更多的	严重	和	是	较少的	打开	到	准备好

[rɪ'li:f] .

relief	.
宽慰	.

因为即使是最轻微的直接耗竭，也是他感觉和思考的中心的严重问题，而且更难得到及时缓解。

[wen] [ə'fekʃənz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['aʊtlaɪɪŋ] ['ɔrgənz] [ɑ:r; ər] [nɪ'glektɪd] ,

When	affections	of	the	outlying	organs	are	neglected	,
什么时候	情感	的	这	边远	器官	是	被忽视的	,

当外围器官的疾病被忽视时，

[ænd; ənd]['i:v(ə)n][ɪn] ['meni] ['keɪsɪz] [wer] [ði:z] [hæv; həv][nɑ:t] ['sʌfərd] [æt; ət][ɔ:l] , [wi:; wi][ɑ:r; ər][æpt]

and	even	in	many	cases	where	these	have	not	suffered	at	all	,	we	are	apt
和	甚至	在	许多	案例	在哪里	这些	有	不是	遭受	在	全部	,	我们	是	易于

[tu:; tə] ['wɪtnəs] ,

to	witness	,
到	证人	,

即使在许多情况下，这些方面根本没有受到影响，我们也往往会看到：

[æz; əz][ə; eɪ] [rɪ'zʌlt] [ʌv; əv] [tuː] [prə'lɔːŋd] [æŋ'zaɪəti] [kəm'baɪnd] [wɪð; wɪθ] ['bɪznəs] ['kɛrz] , [ɔːr]['iːv(ə)n]

as	a	result	of	too	prolonged	anxiety	combined	with	business	cares	,	or	even
作为	一个	结果	的	也	延长	焦虑	合并	和	商业	关心	, 或者		甚至

[ʌv; əv] [mɪr] [ˌoʊvər'wɜːrk][ə'loʊn] ,

of	mere	overwork	alone	,
的	仅仅	过度劳累	独自的	,

由于长期焦虑加上工作压力，甚至仅仅是过度劳累，

[wɪð; wɪθ][wɑːnt][ʌv; əv]['prɑːpər] ['fɪzɪk(ə)l] ['hæbɪts][æz; əz][tuː; tə]['eksərsaɪz] , [ə'mjuːzmənt] , [ænd; ənd]['daɪət]

with	want	of	proper	physical	habits	as	to	exercise	,	amusement	,	and	diet
和	想	的	恰当的	身体的	习惯	作为	到	锻炼	,	娱乐	,	和	饮食

,

,

,

缺乏适当的体育锻炼、娱乐和饮食习惯，

[ðæt] [fɔːrm][ʌv; əv][dɪs'ɔːrdər][ʌv; əv] [wɪtʃ] [aɪ][hæv; həv] [ɔːl'redi] ['spoʊkən][æz; əz][sə'riːbrəl] [ɪg'zɔːstʃən] ;

that	form	of	disorder	of	which	I	have	already	spoken	as	cerebral	exhaustion	;
那	形式	的	紊乱	的	哪个	我	有	已经	说	作为	大脑	疲惫	;

我之前提到的那种疾病就是脑衰竭；

[ænd; ənd] [bɪ'fɔːr] ['kloʊzɪŋ] [ðɪs] ['peɪpər][aɪ][ˌeɪ 'em] ['temptɪd] [tuː; tə] [dɪ'skraɪb] ['briːfli] [ðə; ði] ['sɪmptəmz]

and	before	closing	this	paper	I	am	tempted	to	describe	briefly	the	symptoms
和	前	结束	这	纸	我	是	受诱惑	到	描述	简要地	这	症状

[wɪtʃ] [wɔːrn][ʌv; əv][ɪts] [ə'proʊtʃ] [ɔːr] [tel] [ʌv; əv][ɪts] [kəm'pliːt] [pə'zeʃn] [ʌv; əv][ðə; ði] [ʌn'hæpi]

which	warn	of	its	approach	or	tell	of	its	complete	possession	of	the	unhappy
哪个	警告	的	它是	方法	或者	告诉	的	它是	完全的	拥有	的	这	不开心

['vɪktɪm] .

victim	.
受害者	.

在结束本文之前，我忍不住想简要描述一下预示着它即将到来或表明它已完全控制不幸受害者的症状。

[waɪ] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][soʊ] ['dɪfɪkəlt] [ʌv; əv] [rɪ'liːf] [ɪz][hɑːrd][tuː; tə][ˌkɑːmprɪ'hend] ,

Why	it	should	be	so	difficult	of	relief	is	hard	to	comprehend	,
为什么	它	应该	是	所以	难的	的	宽慰	是	难的	到	理解	,

难以理解为什么获得解脱如此困难。

[ʌn'tɪl][wiː; wi] [rɪ'membər] [ðæt] [ðə; ði][breɪn][ɪz][æpt][tuː; tə][goʊ][ɑːn]['duːɪŋ] [ɪts] ['wɪri] [wɜːrk]

until	we	remember	that	the	brain	is	apt	to	go	on	doing	its	weary	work
直到	我们	记住	那	这	脑	是	易于	到	去	在	正在做	它是	厌倦	工作

[ˌɔːtə'mætɪkli] [ænd; ənd] [dɪ'spaɪt] [ðə; ði] [wɪl] [ʌv; əv][ðə; ði] [ʌn'lʌki] ['oʊnər] ;

automatically	and	despite	the	will	of	the	unlucky	owner	;
自动地	和	尽管	这	将要	的	这	倒霉	所有者	;

直到我们意识到，大脑往往会自动地继续进行它疲惫的工作，而不管倒霉的主人是否愿意；

[soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [gets] [noʊ] ['θɜːroʊ] [rest] ,

so	that	it	gets	no	thorough	rest	,
所以	那	它	获得	不	彻底	休息	,

因此它得不到彻底的休息，

[ænd; ənd][ɪz][ɪn][ðə; ði] ['hæpləs] [pə'zɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ə; eɪ]['broʊkən] [lɪm] [wɪtʃ] [ɪz] [ɪk'spektɪd] [tuː; tə] [nɪt]

and	is	in	the	hapless	position	of	a	broken	limb	which	is	expected	to	knit
和	是	在	这	不幸的	位置	的	一个	破碎的	肢	哪个	是	预期的	到	针织

[waɪl] [stɪl] [ɪn][juːz] .

while	still	in	use	.
尽管	仍然	在	使用	.

它处于一种不幸的境地，就像断了的肢体需要一边使用一边愈合一样。

[wer] ['fɪzɪk(ə)l] [ˌoʊvər'wɜːrk][hæz; həz][wɔːrn][aʊt][ðə; ði]['spaɪn(ə)l][ɔːr]['moʊtər]['sentərz] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ,

Where	physical	overwork	has	worn	out	the	spinal	or	motor	centres	,	it	is	,
在哪里	身体的	过度劳累	有	磨损	出去	这	脊	或者	发动机	中心	,	它	是	,

如果体力劳动过度导致脊柱或运动中枢疲劳，那就是：

[ɑːn][ðə; ði] ['ʌðər] [hænd] , ['iːzi] [tuː; tə] [ɪn'fɔːrs] [rɪ'poʊz] ,

on	the	other	hand	,	easy	to	enforce	repose	,
在	这	其他	手	,	简单的	到	执行	休息	,

另一方面，很容易强制执行休战期，

[ænd; ənd][soʊ][tuː; tə] [pleɪs] [ðem; ðəm][ɪn][ðə; ði][best] [kən'dɪʃ(ə)n][fɔːr; fər] [rɪ'per] .

and	so	to	place	them	in	the	best	condition	for	repair	.
和	所以	到	地方	他们	在	这	最好的	状况	为了	维修	.

因此，要将它们置于最佳维修状态。

[ðɪs] [wʌz; wəz]['ɔːf(ə)n][ænd; ənd] ['hæpɪli] ['ɪləstreɪtɪd] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] [leɪt] [wɔːr] .

This	was	often	and	happily	illustrated	during	the	late	war	.
这	曾是	经常	和	快乐地	插图	期间	这	晚的	战争	.

战争后期，这种情况经常得到令人欣慰的体现。

[sɪ'vɪr] ['maːtʃiz] , [bæd] [fuːd] , [ænd; ənd] ['ʌðər] ['kɔːzɪz] [wɪtʃ] [meɪk] [wɔːr] [ɪg'zɔːstɪŋ] , [wɜːr; wər]

Severe	marches	,	bad	food	,	and	other	causes	which	make	war	exhausting	,	were
严重	游行	,	坏的	食物	,	和	其他	原因	哪个	制作	战争	精疲力竭	,	是

['kɑːnstəntli] [ɪn]['ækʃ(ə)n] ,

constantly	in	action	,
不断地	在	行动	,

艰苦的行军、糟糕的伙食以及其他使战争令人疲惫不堪的因素，一直都在发生。

[ʌn'tɪl]['sɜːrt(ə)n][men][wɜːr; wər]['duːɪŋ][ðer; ðər][wɜːrk][wɪð; wɪθ] [tuː] [smɔːl][ə; eɪ]['mɑːrdʒɪn][ʌv; əv] [rɪ'zɜːrv] -

until	certain	men	were	doing	their	work	with	too	small	a	margin	of	reserve	-
直到	肯定	男人	是	正在做	他们的	工作	和	也	小的	一个	利润	的	预订	-

['paʊər] .

power	.
力量	.

直到某些人在工作时储备能量不足。

[ðen] [keɪm] [sʌtʃ] [ə; eɪ]['kraɪsɪs][æz; əz][ðə; ði][læst] [deɪz] [ʌv; əv] [mə'klɛlənz] [rɪ'triːt] [tuː; tə][ðə; ði][dʒeɪmz]

Then	came	such	a	crisis	as	the	last	days	of	McClellan's	retreat	to	the	James
然后	来了	这样的	一个	危机	作为	这	最后的	天	的	麦克莱伦的	撤退	到	这	詹姆斯

['rɪvər] ,

River	,
河	,

随后，麦克莱伦撤退到詹姆斯河的最后几天出现了危机。

[ɔːr][ðə; ði] [fɔːrst] [mɑːrtʃ] [ʌv; əv][ðə; ði][sɪksθ]['ɑːrmi] [kɔːr] [tuː; tə] ['getiz,beːg] ,

or	the	forced	march	of	the	Sixth	Army	Corps	to	Gettysburg	,
或者	这	强制	行进	的	这	第六	军队	兵团	到	葛底斯堡	,

或者说，第六军团强行军至葛底斯堡的行动，

[ænd; ənd][æt; ət][wʌns] [ðiːz] [men] [sə'kʌmd] [wɪð; wɪθ]['pɔːlzi][ʌv; əv][ðə; ði][legz] .

and	at	once	these	men	succumbed	with	palsy	of	the	legs	.
和	在	一次	这些	男人	屈服了	和	麻痹	的	这	腿	.

这些人随即双腿瘫痪身亡。

[ə; eɪ] [fjuː] [mʌnθs] [ʌv; əv] ['æbsəluːt] [rest] , [gʊd] ['daɪət] , [eɪl] ,

A	few	months	of	absolute	rest	,	good	diet	,	ale	,
一个	很少	几个月	的	绝对	休息	,	好的	饮食	,	麦芽酒	,

几个月的绝对休息，良好的饮食，啤酒，

[freʃ] [biːf] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz] [rɪ'stɔːrd] [ðem; ðəm][tuː; tə]['pɜːrfɪkt] [helθ] .

fresh	beef	and	vegetables	restored	them	to	perfect	health	.
新鲜的	牛肉	和	蔬菜	恢复	他们	到	完美的	健康	.

新鲜牛肉和蔬菜使他们恢复了健康。

[ɪn] [ɔːl] [ˌprɑːbə'bɪləti] [ɪn'ses(ə)nt] [juːz] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [pɑːrt] ['flʌʃɪz] [wɪð; wɪθ] [blʌd] [ðə; ði] [nɜːrv] - ['sentərz]

In	all	probability	incessant	use	of	a	part	flushes	with	blood	the	nerve	-	centres
在	全部	可能性	不停歇	使用	的	一个	部分	冲洗	和	血	这	神经	-	中心

[wɪtʃ] ['fɜːrnɪʃ] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð; wɪθ] ['moʊtər] ['enərdʒi] ,

which	furnish	it	with	motor	energy	,
哪个	提供	它	和	发动机	活力	,

很可能，持续使用某个部位会使为其提供运动能量的神经中枢充血。

[soʊ] [ðæt] [ɪk'sesɪv] [wɜːrk] [meɪ] [brɪŋ] [ə'baʊt] [ə; eɪ] [steɪt] [ʌv; əv] [kən'dʒestʃən] ,

so	that	excessive	work	may	bring	about	a	state	of	congestion	,
所以	那	过多的	工作	可能	带来	关于	一个	状态	的	拥塞	,

因此，过度工作可能会导致拥堵状态。

['oʊɪŋ] [tuː; tə] [wɪtʃ] [ðə; ði] [nɜːrv] - ['sentər] [bɪ'kʌmz] ['bædli] ['nʌrɪʃt] , [ænd; ənd] [æt; ət] [læst] [straɪks]

owing	to	which	the	nerve	-	centre	becomes	badly	nourished	,	and	at	last	strikes
欠款	到	哪个	这	神经	-	中心	变成	糟糕	营养	,	和	在	最后的	罢工

[wɜːrk] .

work	.
工作	.

因此，神经中枢营养不良，最终停止工作。

[ɪn] ['sɪv(ə)l] [laɪf] [wiː; wi] ['sʌmtaɪmz] [miːt] [wɪð; wɪθ] [sʌtʃ] ['keɪsɪz] [ə'mʌŋ] ['sɜːrt(ə)n] ['klæsɪz] [ʌv; əv] ['ɑːtɪzænz]

In	civil	life	we	sometimes	meet	with	such	cases	among	certain	classes	of	artisans
在	民用	生活	我们	有时	见面	和	这样的	案例	之中	肯定	课程	的	工匠

:

:
:

在平民生活中，我们有时会在某些工匠阶层中遇到这种情况：

[pə'ræləsɪs] [ʌv; əv] [ðə; ði] [legz] [æz; əz] [ə; eɪ] [rɪ'zʌlt] [ʌv; əv] ['juːzɪŋ] [ðə; ði] ['tredl] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['soʊɪŋ] -

paralysis	of	the	legs	as	a	result	of	using	the	treadle	of	the	sewing	-
麻痹	的	这	腿	作为	一个	结果	的	使用	这	踏板	的	这	缝纫	-

[mə'ʃiːn] [ten] ['aʊərz] [ə; eɪ] [deɪ] [ɪz] [ə; eɪ] [gʊd] [ɪg'zæmp(ə)l] ,

machine	ten	hours	a	day	is	a	good	example	,
机器	十	小时	一个	天	是	一个	好的	例子	,

每天使用缝纫机踏板十小时导致腿部瘫痪就是一个很好的例子。

[ænd; ənd] , [aɪ] [ˌeɪ 'em] ['sɑːri] [tuː; tə] [ˌeɪ diː 'diː] , [nɑːt] [ə; eɪ] ['veri] [rer] [wʌn] ,

and	,	I	am	sorry	to	add	,	not	a	very	rare	one	,
和	,	我	是	对不起	到	添加	,	不是	一个	非常	稀有的	一	,

而且，很遗憾地补充一点，这种情况并不少见。

[ə'mʌŋ] [ðə; ði] [ˌoʊvər'tæsk] ['wɪmɪn] [huː] [sleɪv] [æt; ət] [sʌtʃ] ['leɪbər] .

among	the	overtasked	women	who	slave	at	such	labor	.
之中	这	任务过重	女性	WHO	奴隶	在	这样的	劳动	.

在那些从事此类繁重体力劳动的女性中。

[naʊ] [let] [ˌjuː 'es] [siː] [wʌt] ['hæpənz] [wen] [ðə; ði] [ˌɪntə'lektʃuəl] ['ɔrgənz] [ɑːr; ər] [pʊt] ['oʊvər] - [lɔːŋ] [ɑːn]

Now	let	us	see	what	happens	when	the	intellectual	organs	are	put	over	-	long	on
现在	让	我们	看	什么	发生	什么时候	这	知识分子	器官	是	放	超过	-	长的	在

[ðə; ði] [stretʃ] ,

the	stretch	,
这	拉紧	,

现在让我们看看当智力器官过度伸展时会发生什么。

[ænd; ənd] [wen] ['mɔːrəl] ['kɔːzɪz] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['hevi] [riˌspɑːnsə'bɪlətiz] [ænd; ənd] ['oʊvər] - [æŋ'zaɪəti] ,

and	when	moral	causes	,	such	as	heavy	responsibilities	and	over	-	anxiety	,
和	什么时候	道德	原因	,	这样的	作为	重的	职责	和	超过	-	焦虑	,

[ɑːr; ər] [æt; ət] [wɜːrk] .

are	at	work	.
是	在	工作	.

当道德因素（例如沉重的责任和过度焦虑）起作用时。

[wen] [ɪn] ['æktɪv] [juːz] , [ðə; ði] ['θɪŋkɪŋ] ['ɔrgənz] [bɪ'kʌm] [fʊl] [ʌv; əv] [blʌd] , [ænd; ənd] , [æz; əz][hæz; həz]

When	**in**	**active**	**use**	**,**	**the**	**thinking**	**organs**	**become**	**full**	**of**	**blood**	**,**	**and**	**,**	**as**	**has**
什么时候	在	积极的	使用	,	这	思维	器官	变得	满的	的	血	,	和	,	作为	有

[bɪn] [ʃoʊn] ,

been	**shown**	**,**
到过	所示	,

当大脑处于活跃状态时，大脑会充血，而且，正如已经证明的那样，

[raɪz][ɪn]['temprətʃər; 'temprətʃʊr] , [waɪl] [ðə; ði] [fiːt] [ænd; ənd][hændz] [bɪ'kʌm] [koʊld] .

rise	**in**	**temperature**	**,**	**while**	**the**	**feet**	**and**	**hands**	**become**	**cold**	**.**
上升	在	温度	,	尽管	这	脚	和	双手	变得	寒冷的	.

气温升高，而手脚却感到冰冷。

['neɪtʃər] [ment] [ðæt] , [fɔːr; fər][ðer; ðər][wɜːrk] , [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] , [ɪn][ðə; ði][fɜːrst] [pleɪs] , [sə'plaɪd]

Nature	**meant**	**that**	**,**	**for**	**their**	**work**	**,**	**they**	**should**	**be**	**,**	**in**	**the**	**first**	**place**	**,**	**supplied**
自然	意思是	那	,	为了	他们的	工作	,	他们	应该	是	,	在	这	第一的	地方	,	供应

[wɪð; wɪθ] [fuːd] ; [nekst] ,

with	**food**	**;**	**next**	**,**
和	食物	;	下一个	,

自然规律决定了，为了完成工作，首先应该为他们提供食物；其次，

[ðæt] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][hæv; həv]['sɜːrt(ə)n] ['ɪntərvlz] [ʌv; əv][rest][tuː; tə][rɪd] [ðəm'selvz] [ʌv; əv][ðə; ði] [ɪk'ses]

that	**they**	**should**	**have**	**certain**	**intervals**	**of**	**rest**	**to**	**rid**	**themselves**	**of**	**the**	**excess**
那	他们	应该	有	肯定	间隔	的	休息	到	摆脱	他们自己	的	这	过量的

[ʌv; əv] [blʌd] [ə'kjuːmjəleɪtɪd] ['dʊrɪŋ] [ðer; ðər] [pɪrɪədz] [ʌv; əv][æk'tɪvəti] ,

of	**blood**	**accumulated**	**during**	**their**	**periods**	**of**	**activity**	**,**
的	血	积累	期间	他们的	时期	的	活动	,

他们应该有一定的休息时间，以排出运动期间积聚的多余血液。

[ænd; ənd] [ðɪs] [ɪz][tuː; tə][biː; bi] [dʌn] [baɪ] [sliːp] ,

and	**this**	**is**	**to**	**be**	**done**	**by**	**sleep**	**,**
和	这	是	到	是	完毕	经过	睡觉	,

而这一切都要通过睡眠来完成。

[ænd; ənd]['ɔːlsoʊ][baɪ] ['brɪŋɪŋ] ['ɪntuː] [pleɪ] [ðə; ði] ['fɪzɪk(ə)l] [mə'ʃiːnəri] [ʌv; əv][ðə; ði]['baːdi] , [sʌtʃ] [æz; əz]

and	**also**	**by**	**bringing**	**into**	**play**	**the**	**physical**	**machinery**	**of**	**the**	**body**	**,**	**such**	**as**
和	还	经过	带来	进入	玩	这	身体的	机械	的	这	身体	,	这样的	作为

[ðə; ði] ['mʌslz] ,

the	**muscles**	**,**
这	肌肉	,

此外，还可以通过调动身体的物理机制，例如肌肉，来实现这一目标。

- - [ðæt] [ɪz][tuː; tə] [seɪ] ,

-	**-**	**that**	**is**	**to**	**say**	**,**
-	-	那	是	到	说	,

也就是说，

[baɪ]['eksərsaɪz] [wɪtʃ] ['flʌʃɪz] [ðə; ði][pɑːrts][ɪn'geɪdʒd] [ɪn][ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][soʊ] [di'pliːts] [ðə; ði][breɪn] .

by	**exercise**	**which**	**flushes**	**the**	**parts**	**engaged**	**in**	**it**	**and**	**so**	**depletes**	**the**	**brain**	**.**
经过	锻炼	哪个	冲洗	这	部分	已订婚的	在	它	和	所以	耗尽	这	脑	.

通过运动来冲刷参与其中的器官，从而消耗大脑能量。

[ʃiː; ʃi] [ment] , ['ɔːlsoʊ] , [ðæt] [ðə; ði] ['veriəs] [breɪn] - ['ɔrgənz] [ʃʊd; ʃəd][eɪd][ɪn][ðə; ði] [rɪ'liːf] ,

She	**meant**	**,**	**also**	**,**	**that**	**the**	**various**	**brain**	**-**	**organs**	**should**	**aid**	**in**	**the**	**relief**	**,**
她	意思是	,	还	,	那	这	各种各样的	脑	-	器官	应该	援助	在	这	宽慰	,

她还想表达的是，大脑的各个器官应该有助于缓解疼痛。

[baɪ] ['biːɪŋ] [juːst] [ɪn] ['ʌðər] [də'rekʃ(ə)nz][ðæn; ðən] [mɪr] [θɔːt] ; [ænd; ənd]['læstli] , [ʃiː; ʃi] [dɪ'zaɪrd] [ðæt]

by	being	used	in	other	directions	than	mere	thought	;	and	lastly	,	she	desired	that
经过	存在	用过的	在	其他	方向	比	仅仅	想法	;	和	最后	,	她	想要的	那

,

,

,

通过被用于除思考之外的其他用途；最后，她希望，

['dʊrɪŋ] [daɪ'dʒestʃən] , [ɔːl][ðə; ðɪ]['sɜːrplʌs] [blʌd] [ʌv; əv][ðə; ðɪ]['bɑːdi][ʃʊd; ʃəd][goʊ][tuː; tə][ðə; ðɪ] ['stʌmək] ,

during	digestion	,	all	the	surplus	blood	of	the	body	should	go	to	the	stomach	,
期间	消化	,	全部	这	剩余	血	的	这	身体	应该	去	到	这	胃	,

消化过程中，身体所有多余的血液都应该流向胃部。

[ɪn'testɪnz] , [ænd; ənd]['lɪvər] , [ænd; ənd] [ðæt] ['niːðər] [blʌd] [nɔːr] [nɜːrv] - ['paʊər] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ðen]

intestines	,	and	liver	,	and	that	neither	blood	nor	nerve	-	power	should	be	then
肠子	,	和	肝	,	和	那	两者都不	血	也不	神经	-	力量	应该	是	然后

[ˌmɪsdɪ'rektɪd] [ə'pɑːn][ðə; ðɪ][breɪn] :

misdirected	upon	the	brain	:
方向错误	之上	这	脑	:

肠道和肝脏，并且血液和神经能量都不应该误导向大脑：

[ɪn] ['ʌðər] [wɜːrdz] , [ʃiː; ʃi][dɪd][nɑːt] [miːn] [ðæt] [wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][traɪ][tuː; tə] ['kæri] [ɑːn] ,

in	other	words	,	she	did	not	mean	that	we	should	try	to	carry	on	,
在	其他	字	,	她	做过	不是	意思是	那	我们	应该	尝试	到	携带	在	,

换句话说，她的意思并不是说我们应该继续下去。

[wɪð; wɪθ]['iːkwəl]['enərdʒi] , [tuː] [kaɪndz][ʌv; əv][ɪm'pɔːrt(ə)nt] ['fʌŋkʃən(ə)l] ['bɪznəs] [æt; ət][wʌns] .

with	equal	energy	,	two	kinds	of	important	functional	business	at	once	.
和	平等的	活力	,	二	种类	的	重要的	功能性	商业	在	一次	.

以同样的精力，同时开展两种重要的业务职能。

[ɪf] , [ðen] , [ðə; ðɪ][breɪn] - ['juːzər] [wɪʃɪz] [tuː; tə][biː; bi] ['helθi] ,

If	,	then	,	the	brain	-	user	wishes	to	be	healthy	,
如果	,	然后	,	这	脑	-	用户	愿望	到	是	健康	,

那么，如果大脑使用者希望保持健康，

[hiː; hi][mʌst; məst]['lɪmɪt][hɪz; ɪz]['aʊərz][ʌv; əv][wɜːrk] [ə'kɔːrdɪŋ] [tuː; tə] [ruːlz] [wɪtʃ] [wɪl] [kʌm] [ʌv; əv]

he	must	limit	his	hours	of	work	according	to	rules	which	will	come	of
他	必须	限制	他的	小时	的	工作	根据	到	规则	哪个	将要	来	的

[ɪk'spɪriəns] ,

experience	,
经验	,

他必须根据经验总结出的规则来限制自己的工作时间。

[ænd; ənd] [wɪtʃ] [noʊ][mæn][kæn; kən] [leɪ] [daʊn] [fɔːr; fər][hɪm; ɪm] .

and	which	no	man	can	lay	down	for	him	.
和	哪个	不	男人	能	躺	向下	为了	他	.

没有人能为他舍弃这一切。

[ə'bʌv] [ɔːl] , [let][hɪm; ɪm] [iːt] ['regjələrli] [ænd; ənd][nɑːt][æt; ət] [tuː] [lɔːŋ] ['ɪntərvlz] .

Above	all	,	let	him	eat	regularly	and	not	at	too	long	intervals	.
多于	全部	,	让	他	吃	经常	和	不是	在	也	长的	间隔	.

最重要的是，要让他规律进食，不要间隔太久。

[aɪ] [wel] [rɪ'membər] [ðə; ði] [ə'meɪzmənt] [ʌv; əv][ə; eɪ] [dɪ'stɪŋgwɪʃt] ['nætʃ(ə)rəlɪst] [wen] [toʊld] [ðæt] [hɪz; ɪz]

I	well	remember	the	amazement	of	a	distinguished	naturalist	when	told	that	his
我	出色地	记住	这	惊愕	的	一个	杰出的	博物学家	什么时候	讲述	那	他的

['sliːpləsnəs] [ænd; ənd] [ɪ'regjələr] [pʌls] [wɜːr; wər] [duː] [tuː; tə][hɪz; ɪz] ['fæstɪŋ] [frʌm; frəm][naɪn] [ʌn'tɪl]

sleeplessness	and	irregular	pulse	were	due	to	his	fasting	from	nine	until
失眠	和	不规律的	脉冲	是	到期的	到	他的	禁食	从	九	直到

[sɪks] .

six	.
六	.

我清楚地记得，当一位杰出的博物学家得知他的失眠和心律不齐是由于他从早上九点到下午六点禁食造成的，他有多么惊讶。

[ə; eɪ] ['bɪskɪt] [ænd; ənd][ə; eɪ] [glæs] [ʌv; əv] ['potər] , [æt; ət][wʌn][ə'klɔk, əu-] , [ɪ'fɛktəd, ɪ'fɛktɪd, 'iːfɛktəd, 'iːfɛktɪd]

A	biscuit	and	a	glass	of	porter	,	at	one	o'clock	,	effected
一个	饼干	和	一个	玻璃	的	搬运工	,	在	一	点钟	,	受影响

[ə; eɪ] ['redi] [ænd; ənd] ['plez(ə)nt] [kjʊr] .

a	ready	and	pleasant	cure	.
一个	准备好	和	令人愉快的	治愈	.

一点钟的时候，一块饼干和一杯波特啤酒，就迅速有效地治好了病。

[æz; əz][tuː; tə]['eksərsaɪz][ɪn][ðə; ði] [freʃ] [er] , [aɪ] [niːd] [seɪ] ['lɪt(ə)l] ,

As	to	exercise	in	the	fresh	air	,	I	need	say	little	,
作为	到	锻炼	在	这	新鲜的	空气	,	我	需要	说	小的	,

至于在户外锻炼，我无需赘言。

[ɪk'sept] [ðæt] [ɪf] [ðə; ði]['eksərsaɪz][kæn; kən][biː; bi] [meɪd] [tuː; tə][hæv; həv][ə; eɪ][dɪ'stɪŋkt]['ɑːbdʒekt] ,

except	that	if	the	exercise	can	be	made	to	have	a	distinct	object	,
除了	那	如果	这	锻炼	能	是	制成	到	有	一个	清楚的	目的	,

但如果这项练习可以设定一个明确的目标，

[nɑːt][ɪn][ðə; ði] [wei] [ʌv; əv] ['bɪznəs] , [soʊ] [mʌtʃ] [ðə; ði] ['betər] .

not	in	the	way	of	business	,	so	much	the	better	.
不是	在	这	方式	的	商业	,	所以	很多	这	更好的	.

不影响生意，那就再好不过了。

[nɔːr][ʃʊd; ʃəd][aɪ] [niːd] [tuː; tə][ˌeɪ diː 'diː] [ðæt] [wiː; wi] [meɪ] [rɪ'liːv] [ðə; ði] ['θɪŋkɪŋ] [ænd; ənd] ['wɜːrɪŋ]

Nor	should	I	need	to	add	that	we	may	relieve	the	thinking	and	worrying
也不	应该	我	需要	到	添加	那	我们	可能	缓解	这	思维	和	令人担忧

['mekəˌnɪzəm] [baɪ] [laɪt] ['riːdɪŋ] [ænd; ənd] ['ʌðər] [ˌə'mjuːzmənts] ,

mechanisms	by	light	reading	and	other	amusements	,
机制	经过	光	阅读	和	其他	娱乐	,

我无需赘言，我们可以通过轻松阅读和其他娱乐活动来放松身心，缓解焦虑和思虑。

[ɔːr] [ɪn'fɔːrs] [ðə; ði]['les(ə)n] [ðæt] [noʊ][hɑːrd][wɜːrk][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ə'temptɪd] ['dʊrɪŋ] [daɪ'dʒestʃən] .

or	enforce	the	lesson	that	no	hard	work	should	be	attempted	during	digestion	.
或者	执行	这	课	那	不	难的	工作	应该	是	尝试过	期间	消化	.

或者强调在消化期间不应该进行剧烈运动。

[ðə; ði][waɪz]['dɑːktər][meɪ] ['hæpli][smaɪl][æt; ət][ðə; ði] ['kɑːmənpleɪs] [ʌv; əv] [sʌtʃ] [də'rekʃ(ə)nz] ,

The	wise	doctor	may	haply	smile	at	the	commonplace	of	such	directions	,
这	明智的	医生	可能	或许	微笑	在	这	平凡	的	这样的	方向	,

睿智的医生或许会对这种老生常谈的指示一笑置之。

[bʌt; bət][woʊ][biː; bi][tuː; tə][ðə; ði][mæn] [huː] [niˈglekts] [ðem; ðəm] !

but	woe	be	to	the	man	who	neglects	them	!
但	悲哀	是	到	这	男人	WHO	疏忽	他们	!

但忽视它们的人将会遭殃！

[wen] [æn; ən] [ˌoʊvər'wɜːrkt] [ænd; ənd] ['wɜːrid] ['vɪktɪm][hæz; həz] [sə'fɪʃntli] [sind] [ə'genst] [ðiːz]

When	an	overworked	and	worried	victim	has	sufficiently	sinned	against	these
什么时候	一个	过度劳累	和	担心	受害者	有	足够	罪过	反对	这些

['sɪmp(ə)l] [lɔːz] ,

simple	laws	,
简单的	法律	,

当一个过度劳累、忧心忡忡的受害者严重违反了这些简单的法则时，

[ɪf] [hiː; hi] [dʌz] [nɑːt] ['lʌkɪli] ['sʌfər] [frʌm; frəm] [dis'tə:bənsiz] [ʌv; əv] [hɑːrt] [ɔːr] ['stʌmək] ,

if	he	does	not	luckily	suffer	from	disturbances	of	heart	or	stomach	,
如果	他	做	不是	幸运的是	遭受	从	干扰	的	心	或者	胃	,

如果他幸运地没有患上心脏或胃部疾病，

[hiː; hi] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə][hæv; həv]['sɜːrt(ə)n] [saɪnz] [ʌv; əv] ['nɜːrvəs] [ɪg'zɔːstʃən] .

he	begins	to	have	certain	signs	of	nervous	exhaustion	.
他	开始	到	有	肯定	标志	的	紧张的	疲惫	.

他开始出现一些神经衰弱的症状。

[æz; əz][ə; eɪ] [ruːl] , [wʌn][ʌv; əv] [tuː] ['sɪmptəmz] [ə'pɪrz] [fɜːrst] , [ðoʊ] ['sʌmtaɪmz] [bəuθ] [kʌm]

As	a	rule	,	one	of	two	symptoms	appears	first	,	though	sometimes	both	come
作为	一个	规则	,	一	的	二	症状	出现	第一的	,	尽管	有时	两个都	来

[tə'geðər] .

together	.
一起	.

通常情况下，两种症状中会先出现一种，但有时两种症状也会同时出现。

[wɜːrk] [gets] [tuː; tə][biː; bi][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [les] ['fæs(ə)l] ; [ðɪs] [əs'tɔniʃiz] [ðə; ði]['sʌbdʒekt] ,

Work	gets	to	be	a	little	less	facile	;	this	astonishes	the	subject	,
工作	获得	到	是	一个	小的	较少的	容易的	;	这	令人惊讶	这	主题	,

工作变得不那么轻松了；这让当事人感到惊讶。

[ɪ'speʃəli] [ɪf] [hiː; hi][hæz; həz] [bɪn] ['ʌndər] [haɪ] ['preʃər] [ænd; ənd] ['duːɪŋ] [hɪz; ɪz]['tæsks][wɪð; wɪθ] [ðæt]

especially	if	he	has	been	under	high	pressure	and	doing	his	tasks	with	that
尤其	如果	他	有	到过	在下面	高的	压力	和	正在做	他的	任务	和	那

[iːz] [wɪtʃ] [kʌmz] [ʌv; əv] [ɪk'saɪtmənt] .

ease	which	comes	of	excitement	.
舒适	哪个	来	的	激动	.

尤其是当他承受着巨大的压力，却能以那种兴奋带来的轻松姿态完成任务时。

[wɪð; wɪθ] [ðɪs] , [ɔːr][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['leɪtər] , [hiː; hi] [dis'kʌvəz] [ðæt] [hiː; hi] [sliːps] ['bædli] ,

With	this	,	or	a	little	later	,	he	discovers	that	he	sleeps	badly	,
和	这	,	或者	一个	小的	之后	,	他	发现	那	他	睡觉	糟糕	,

不久之后，他发现自己睡眠质量很差。

[ænd; ənd] [ðæt] [ðə; ði] [θɔːts] [ʌv; əv][ðə; ði] [deɪ] [ɪn'fest][hɪz; ɪz] [driːmz] ,

and	that	the	thoughts	of	the	day	infest	his	dreams	,
和	那	这	想法	的	这	天	虫害	他的	梦境	,

白天的种种思绪萦绕在他的梦中。

[ɔːr][soʊ] [pə'zes] [hɪm; ɪm][æz; əz][tuː; tə] [meɪk] ['slʌmbər] ['dɪfɪkəlt] .

or	so	possess	him	as	to	make	slumber	difficult	.
或者	所以	具有	他	作为	到	制作	睡眠	难的	.

或者让他心神不宁，难以入眠。

[ˌʌnrɪ'frɛʃt] , [hiː; hi]['raɪzɪz][ænd; ənd] [plʌndʒz] [ə'nuː] ['ɪntuː][ðə; ði]['leɪbər][fɔːr; fər] [wɪtʃ] [hiː; hi][ɪz][noʊ]

Unrefreshed	,	he	rises	and	plunges	anew	into	the	labor	for	which	he	is	no
未刷新	,	他	上升	和	暴跌	重新	进入	这	劳动	为了	哪个	他	是	不

[lɔːŋgər] ['kɑːmpɪtənt] .

longer	competent	.
更长	胜任的	.

他精神不振，起身再次投入到他已不再胜任的工作中。

[let] [hɪm; ɪm][stɑ:p] [hɪr] ; [hi:; hi][hæz; həz][hæd; həd][hɪz; ɪz] ['wɔ:rnɪŋ] .

Let	him	stop	here	;	he	has	had	his	warning	.
让	他	停止	这里	;	他	有	有	他的	警告	.

让他到此为止吧；他已经得到警告了。

[deɪ] ['æftər] [deɪ] [ðə; ði][wɜ:rk] [grəuz] [mɔ:r] ['traɪɪŋ] , [bʌt; bət][ðə; ði] ['verid] ['stimjuləntsˌ][tu:; tə] [ɪg'zɜ:rʃn]

Day	after	day	the	work	grows	more	trying	,	but	the	varied	stimulants	to	exertion
天	后	天	这	工作	生长	更多的	尝试	,	但	这	多种多样	兴奋剂	到	用力

[kʌm] ['ɪntu:] [pleɪ] ,

come	into	play	,
来	进入	玩	,

日复一日，工作越来越繁重，但各种刺激努力的因素也发挥了作用。

[ðə; ði][maɪnd] , [ə'raʊzd] , [fə'gets] [ɪn][ðə; ði] ['kɛrz] [ʌv; əv][ðə; ði] [deɪ] [ðə; ði] ['wɪrinəs] [ʌv; əv][ðə; ði]

the	mind	,	aroused	,	forgets	in	the	cares	of	the	day	the	weariness	of	the
这	头脑	,	被唤醒	,	忘记了	在	这	关心	的	这	天	这	疲劳	的	这

[naɪt] ['si:z(ə)n] ,

night	season	,
夜晚	季节	,

精神振奋之后，在白日的忙碌中便会忘记夜晚的疲惫。

[ænd; ənd][soʊ] , [wɪð; wɪθ] ['lesnɪŋ] ['paʊər] [ænd; ənd] ['groʊɪŋ] ['bɜ:rd(ə)n] , [hi:; hi] [pə'sju:z] [hɪz; ɪz]

and	so	,	with	lessening	power	and	growing	burden	,	he	pursues	his
和	所以	,	和	减少	力量	和	生长	负担	,	他	追寻	他的

['pɜ:rpəs] .

purpose	.
目的	.

因此，尽管权力日渐衰弱，负担日渐加重，他仍然坚持自己的目标。

[æt; ət][læst] [kʌm] ['sɜ:rt(ə)n] [nu:] ['sɪmptəmz] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['gɪdinəs] , ['dɪmnəs] [ʌv; əv] [saɪt] ,

At	last	come	certain	new	symptoms	,	such	as	giddiness	,	dimness	of	sight	,
在	最后的	来	肯定	新的	症状	,	这样的	作为	眩晕	,	昏暗	的	视线	,

最后出现了一些新的症状，例如头晕、视力模糊等。

[nʊ'rældʒə] [ʌv; əv][ðə; ði] [feɪs] [ɔ:r][skælp] ,

neuralgia	of	the	face	or	scalp	,
神经痛	的	这	脸	或者	头皮	,

面部或头皮神经痛

[wɪð; wɪθ][ɪn'taɪər] [naɪts] [ʌv; əv][ɪn'sɑ:mniə][ænd; ənd] ['groʊɪŋ] ['dɪfɪkəlti] [ɪn][ðə; ði][ju:z][ʌv; əv][ðə; ði]

with	entire	nights	of	insomnia	and	growing	difficulty	in	the	use	of	the
和	全部的	夜晚	的	失眠	和	生长	困难	在	这	使用	的	这

['ment(ə)l] ['paʊɝz] ;

mental	powers	;
精神的	权力	;

整夜失眠，精神能力也越来越差；

[soʊ] [ðæt] [tu:; tə] [ə'tempt] [ə; eɪ][ˌkælkju'leɪʃ(ə)n] , [ɔ:r] ['eni] [fɔ:rm][ʌv; əv] [ˌɪntə'lektʃuəl] ['leɪbər] ,

so	that	to	attempt	a	calculation	,	or	any	form	of	intellectual	labor	,
所以	那	到	试图	一个	计算	,	或者	任何	形式	的	知识分子	劳动	,

因此，要尝试进行计算，或任何形式的脑力劳动，

[ɪz][tu:; tə] [ɪn'ʃʊr] [ə; eɪ] [sens] [ʌv; əv] [dɪ'stres] [ɪn][ðə; ði] [hed] ,

is	to	insure	a	sense	of	distress	in	the	head	,
是	到	保证	一个	感觉	的	痛苦	在	这	头	,

是为了确保头部产生痛苦感，

[ɔ:r] [sʌtʃ] ['æbsəlu:t] [peɪn][æz; əz] [pru:vz] [haʊ] ['di:pli] [ðə; ði]['ɔrgənz] [kən'sɜ:rnd] [hæv; həv] ['sʌfərd] .

or	such	absolute	pain	as	proves	how	deeply	the	organs	concerned	have	suffered	.
或者	这样的	绝对	疼痛	作为	证明	如何	深	这	器官	担心的	有	遭受	.

或者那种极度的疼痛，足以证明相关器官遭受了多么严重的损害。

['i:v(ə)n][tu:; tə] [ri:d] [ɪz] ['sʌmtaɪmz] ['ɔ:lmoʊst][ɪm'pɑ:səb(ə)l] ;

Even	to	read	is	sometimes	almost	impossible	;
甚至	到	读	是	有时	几乎	不可能的	;

有时甚至连阅读都几乎是不可能的;

[ænd; ənd][ðer; ðər] [stɪl] [rɪ'meɪnz] [ðə; ði] ['perələs] [fækt] [ðæt] ['ʌndər] [ɪ'nʌf] [ʌv; əv]['mɔ:rəl]['stɪmjələs]

and	there	still	remains	the	perilous	fact	that	under	enough	of	moral	stimulus
和	那里	仍然	遗迹	这	危险的	事实	那	在下面	足够的	的	道德	刺激

[ðə; ði][mæn] [meɪ] [bi:; bi]['eɪb(ə)l] ,

the	man	may	be	able	,
这	男人	可能	是	有能力的	,

而且，仍然存在一个危险的事实，即在足够的道德刺激下，这个人可能会.....

[fɔ:r; fər][ə; eɪ] [fju:] ['aʊərz] , [tu:; tə] [plʌndʒ] ['ɪntu:] ['bɪznəs] ['kɛrz] ,

for	a	few	hours	,	to	plunge	into	business	cares	,
为了	一个	很少	小时	,	到	暴跌	进入	商业	关心	,

抽出几个小时，全身心投入到工作中。

[wɪ'ðaʊt] [sʌtʃ] [peɪn][æz; əz] [kəm'pli:tli] [tu:; tə] [ˌɪnkə'pæsɪteɪt] [hɪm; ɪm][fɔ:r; fər] [ɪ'mi:diət] [æk'tɪvəti] .

without	such	pain	as	completely	to	incapacitate	him	for	immediate	activity	.
没有	这样的	疼痛	作为	完全地	到	使丧失能力	他	为了	即时	活动	.

但疼痛程度不足以使他完全丧失立即活动的能力。

[naɪt] , [haʊ'evər] , ['nevər] [feilz] [tu:; tə] [brɪŋ] [ðə; ði] ['pʌnɪʃmənt] ;

Night	,	however	,	never	fails	to	bring	the	punishment	;
夜晚	,	然而	,	绝不	失败	到	带来	这	惩罚	;

然而，夜晚总会带来惩罚;

[ænd; ənd][æt; ət][læst][ðə; ði] ['slaɪtəst] [prə'lɔ:ŋd] [ɪg'zɜ:rʃn] [ʌv; əv][maɪnd] [bɪ'kʌmz] [ɪm'pɑ:səb(ə)l] .

and	at	last	the	slightest	prolonged	exertion	of	mind	becomes	impossible	.
和	在	最后的	这	丝毫	延长	用力	的	头脑	变成	不可能的	.

最后，哪怕是最轻微的长时间脑力活动也变得不可能了。

[ɪn][ðə; ði][wɜ:rst]['keɪsɪz][ðə; ði][skælp][ɪt'self] [grəuz] [sɔ:r] , [ænd; ənd][ə; eɪ] ['sʌd(ə)n] [dʒɑ:r][hɜ:rts][ðə; ði]

In	the	worst	cases	the	scalp	itself	grows	sore	,	and	a	sudden	jar	hurts	the
在	这	最差	案例	这	头皮	本身	生长	疮	,	和	一个	突然	罐	疼痛	这

[breɪn] ,

brain	,
脑	,

最严重的情况下，头皮本身会疼痛，突然的震动甚至会伤到大脑。

[ɔ:r] [si:mz] [tu:; tə][du:][soʊ] , [waɪl] [ðə; ði] [mɪr] [ækt][ʌv; əv] ['stepɪŋ] [frʌm; frəm][ə; eɪ][kɜ:rb] - [stoʊn]

or	seems	to	do	so	,	while	the	mere	act	of	stepping	from	a	curb	-	stone
或者	似乎	到	做	所以	,	尽管	这	仅仅	行为	的	步进	从	一个	抑制	-	石头

[prə'du:səz, prə'du:sɪz]['pɑ:zətɪv] [peɪn] .

produces	positive	pain	.
产	积极的	疼痛	.

或者看起来是这样，而仅仅是踏离路沿石就会产生明显的疼痛感。

[streɪndʒ][æz; əz][ˌaɪ 'ti:] [meɪ] [si:m] , [mʌtʃ] [ʌv; əv][ɔ:l] [ðɪs] [meɪ] ['hæpən] [tu:; tə][ə; eɪ][mæn] ,

Strange	as	it	may	seem	,	much	of	all	this	may	happen	to	a	man	,
奇怪的	作为	它	可能	似乎	,	很多	的	全部	这	可能	发生	到	一个	男人	,

虽然听起来很奇怪，但这一切很多事情都可能发生在男人身上。

[ænd; ənd][hi:; hi] [meɪ] [stɪl] ['strʌg(ə)l] ['ɑ:nwərd] ,

and	he	may	still	struggle	onward	,
和	他	可能	仍然	斗争	向前	,

他或许还会继续挣扎前行。

['ɪgnərənt] [ʌv; əv][ðə; ði]['terəb(ə)l] [dɪ'mændz] [hi:; hi][ɪz] ['meɪkɪŋ] [ə'pɑ:n][æn; ən] [ɪg'zɔ:stɪd] [breɪn] .

ignorant	of	the	terrible	demands	he	is	making	upon	an	exhausted	brain	.
无知	的	这	糟糕的	需求	他	是	制作	之上	一个	筋疲力尽的	脑	.

他丝毫不知自己正在给疲惫不堪的大脑提出多么可怕的要求。

['juːʒuəli; 'juːʒəli] , [baɪ] [ðɪs] [taɪm] [hiː; hi] [hæz; həz] [sɔːt] [əd'vaɪs] , [ænd; ənd] , [ɪf] [hɪz; ɪz] ['dɑːktər] [biː; bi]

Usually	**,**	**by**	**this**	**time**	**he**	**has**	**sought**	**advice**	**,**	**and**	**,**	**if**	**his**	**doctor**	**be**
通常	,	经过	这	时间	他	有	寻求	建议	,	和	,	如果	他的	医生	是

['wɜːrði] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['taɪt(ə)l] ,

worthy	**of**	**the**	**title**	**,**
值得	的	这	标题	,

通常情况下，到这个时候他已经寻求过建议，而且，如果他的医生名副其实的话，

[hæz; həz] ['lɜːrnɪd] [ðæt] [waɪl] [ðer; ðər] [ɑːr; ər] ['sɜːrt(ə)n] [eɪdz] [fɔːr; fər] [hɪz; ɪz] ['sɪmptəmz] [ɪn] [ðə; ði] [ʃeɪp]

has	**learned**	**that**	**while**	**there**	**are**	**certain**	**aids**	**for**	**his**	**symptoms**	**in**	**the**	**shape**
有	学习	那	尽管	那里	是	肯定	艾滋病	为了	他的	症状	在	这	形状

[ʌv; əv] [drʌgz] ,

of	**drugs**	**,**
的	药物	,

他了解到，虽然有一些药物可以帮助缓解他的症状，

[ðer; ðər] [ɪz] ['oʊnli] [wʌn] ['riːəl] ['remədi] .

there	**is**	**only**	**one**	**real**	**remedy**	**.**
那里	是	仅有的	一	真实的	补救	.

真正的解决办法只有一个。

['hæpi] [hiː; hi] [ɪf] [nɑːt] [tuː] [leɪt] [ɪn] [dɪs'kʌvərɪŋ] [ðæt] [kəm'pliːt] [ænd; ənd] [prə'lɔːŋd] [se'seɪʃn]

Happy	**he**	**if**	**not**	**too**	**late**	**in**	**discovering**	**that**	**complete**	**and**	**prolonged**	**cessation**
快乐的	他	如果	不是	也	晚的	在	发现	那	完全的	和	延长	停止

[frʌm; frəm] [wɜːrk] [ɪz] [ðə; ði] [wʌn] [θɪŋ] ['niːdfl] .

from	**work**	**is**	**the**	**one**	**thing**	**needful**	**.**
从	工作	是	这	一	事物	需要	.

如果他发现彻底且长期停止工作才是唯一必要的事情，那他应该感到庆幸，虽然可能为时已晚。

[nɑːt] [ə; eɪ] [wiːk] [ʌv; əv] ['hɑːlədeɪ] , [ɔːr] [ə; eɪ] [mʌnθ] ,

Not	**a**	**week**	**of**	**holiday**	**,**	**or**	**a**	**month**	**,**
不是	一个	星期	的	假期	,	或者	一个	月	,

不是一周的假期，也不是一个月的假期。

[bʌt; bət] ['prɑːbəbli] [ə; eɪ] [jɪr] [ɔːr] [mɔːr] [ʌv; əv] ['ʌtər] ['aɪdlnəs] [meɪ] [biː; bi] [ˌæbsə'luːtli] [ɪ'senʃ(ə)l] .

but	**probably**	**a**	**year**	**or**	**more**	**of**	**utter**	**idleness**	**may**	**be**	**absolutely**	**essential**	**.**
但	大概	一个	年	或者	更多的	的	说出	懒惰	可能	是	绝对地	基本的	.

但或许一年或更长时间的完全闲置是绝对必要的。

['oʊnli] [ðɪs] [wɪl] ['ænsər] [ɪn] ['keɪsɪz] [soʊ] [ɪk'striːm] [æz; əz] [ðæt] [wɪtʃ] [aɪ] [hæv; həv] [traɪd] [tuː; tə] [dɪ'pɪkt] ,

Only	**this**	**will**	**answer**	**in**	**cases**	**so**	**extreme**	**as**	**that**	**which**	**I**	**have**	**tried**	**to**	**depict**	**,**
仅有的	这	将要	回答	在	案例	所以	极端	作为	那	哪个	我	有	尝试	到	描绘	,

只有这样才能解答我所描述的那种极端情况。

[ænd; ənd] ['iːv(ə)n] [ðɪs] [wɪl] [nɑːt] ['ɔːlweɪz] [ɪn'ʃʊr] [ə; eɪ] [rɪ'tɜːrn] [tuː; tə] [ə; eɪ] [steɪt] [ʌv; əv] ['æktɪv] ['wɜːrkɪŋ]

and	**even**	**this**	**will**	**not**	**always**	**insure**	**a**	**return**	**to**	**a**	**state**	**of**	**active**	**working**
和	甚至	这	将要	不是	总是	保证	一个	返回	到	一个	状态	的	积极的	在职的

[helθ] .

health	**.**
健康	.

即使这样，也未必能保证恢复到积极的工作健康状态。

[aɪ] [ˌeɪ 'em] ['veri] [fɑːr] [frʌm; frəm] [kən'siːdɪŋ] [ðæt] [ðə; ði] ['viːəmənt] ['enərdʒi] [wɪð; wɪθ] [wɪtʃ] [wiː; wi] [duː]

I	**am**	**very**	**far**	**from**	**conceding**	**that**	**the**	**vehement**	**energy**	**with**	**which**	**we**	**do**
我	是	非常	远的	从	让步	那	这	慷慨	活力	和	哪个	我们	做

['aʊər; ɑːr] [wɜːrk] [ɪz] [duː] [ˌɔːltə'geðər] [tuː; tə] [griːd] .

our	**work**	**is**	**due**	**altogether**	**to**	**greed**	**.**
我们的	工作	是	到期的	共	到	贪婪	.

我绝不认为我们工作中展现出的那种饱满的热情完全是出于贪婪。

[wiː; wi] ['prɑːbəbli] ['aɪd(ə)l] [les] [ænd; ənd] [pleɪ] [les] [ðæn; ðən] ['eni] ['ʌðər] [reɪs] ,

We	probably	idle	less	and	play	less	than	any	other	race	,
我们	大概	闲置的	较少的	和	玩	较少的	比	任何	其他	种族	,

我们可能比其他任何种族都更少闲着，玩游戏的时间也更少。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['æbsəns] [ʌv; əv]['næʃ(ə)nəl]['hæbɪts][ʌv; əv][spɔːrt] , [ɪ'speʃəli] [ɪn][ðə; ði] [west] ,

and	the	absence	of	national	habits	of	sport	,	especially	in	the	West	,
和	这	缺席	的	国家的	习惯	的	运动	,	尤其	在	这	西方	,

以及缺乏全国性的体育运动习惯，尤其是在西方国家。

[liːvz] [ðə; ði][mæn][ʌv; əv] ['bɪznəs] [wɪð; wɪθ][noʊ] [ɪn'duːsmənt] [tuː; tə][ə'bændən] [ðæt] [ʌn'siːsɪŋ] ['leɪbər]

leaves	the	man	of	business	with	no	inducement	to	abandon	that	unceasing	labor
树叶	这	男人	的	商业	和	不	诱导	到	放弃	那	不断	劳动

[ɪn] [wɪtʃ] [æt; ət][læst][hiː; hi][faindz][hɪz; ɪz][soʊl] ['pleʒər] .

in	which	at	last	he	finds	his	sole	pleasure	.
在	哪个	在	最后的	他	发现	他的	唯一	乐趣	.

这使得商人没有任何理由放弃他最终从中找到唯一乐趣的不懈劳动。

[hiː; hi] [dʌz] [nɑːt][raɪd] , [ɔːr] [ʃuːt] , [ɔːr] [fɪʃ] , [ɔːr] [pleɪ] ['eni] [geɪm] [bʌt; bət] ['juːkə] .

He	does	not	ride	,	or	shoot	,	or	fish	,	or	play	any	game	but	euchre	.
他	做	不是	骑	,	或者	射击	,	或者	鱼	,	或者	玩	任何	游戏	但	尤克牌	.

他既不骑马，也不射击，不钓鱼，除了玩尤克牌之外，也不玩任何其他游戏。

['bɪznəs] [əb'zɔːrbz][hɪm; ɪm] ['ʌtərli] , [ænd; ənd][æt; ət][læst][hiː; hi][faindz] ['niːðər] [taɪm][nɔːr][dɪ'zaɪər]

Business	absorbs	him	utterly	,	and	at	last	he	finds	neither	time	nor	desire
商业	吸收	他	完全地	,	和	在	最后的	他	发现	两者都不	时间	也不	欲望

[fɔːr; fər] [bʊks] .

for	books	.
为了	图书	.

生意让他完全沉浸其中，最终他既没有时间也没有兴趣读书了。

[ðə; ði] ['nuːzpeɪpər] [ɪz][hɪz; ɪz][soʊl]['lɪtərətʃʊr; 'lɪtrətʃər; 'lɪtrətʃʊr] ;

The	newspaper	is	his	sole	literature	;
这	报纸	是	他的	唯一	文学	;

报纸是他唯一的文学作品;

[hiː; hi][hæz; həz]['nevər][hæd; həd][taɪm][tuː; tə][ə'kwaɪər][ə; eɪ] [teɪst] [fɔːr; fər]['eni] ['riːdɪŋ] [seɪv] [hɪz; ɪz]

he	has	never	had	time	to	acquire	a	taste	for	any	reading	save	his
他	有	绝不	有	时间	到	获得	一个	品尝	为了	任何	阅读	节省	他的

['ledʒər] .

ledger	.
账簿	.

除了账簿，他从来没有时间培养对任何阅读的兴趣。

['ɑːnɪst] ['frendʃɪp] [fɔːr; fər] [bʊks] [kʌmz] [wɪð; wɪθ] [juːθ] [ɔːr] , [æz; əz][ə; eɪ] [ruːl] , [nɑːt][æt; ət][ɔːl] .

Honest	friendship	for	books	comes	with	youth	or	,	as	a	rule	,	not	at	all	.
诚实的	友谊	为了	图书	来	和	青年	或者	,	作为	一个	规则	,	不是	在	全部	.

对书籍的真挚友谊往往伴随青春而来，否则通常根本不会发生。

[æt; ət][læst][hɪz; ɪz]['aʊər][ʌv; əv]['perəl] [ə'raivz] .

At	last	his	hour	of	peril	arrives	.
在	最后的	他的	小时	的	危险	到达	.

他的危难时刻终于来临。

[ðen] [juː; jʊ] [meɪ] ['seprət] [hɪm; ɪm][frʌm; frəm] ['bɪznəs] ,

Then	you	may	separate	him	from	business	,
然后	你	可能	分离	他	从	商业	,

然后你可以让他远离生意。

[bʌt; bət][juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] [ðæt] [tuː; tə] [dɪ'vɔːrs] [hɪz; ɪz] [θɔːts] [frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɪm'pɑːsəb(ə)l] .

but	you	will	find	that	to	divorce	his	thoughts	from	it	is	impossible	.
但	你	将要	寻找	那	到	离婚	他的	想法	从	它	是	不可能的	.

但你会发现，将他的思想与此分开是不可能的。

[ðə; ði] [fiːnd] [ʌv; əv][wɜːrk][hiː; hi] [reɪzd] [noʊ][mæn][kæn; kən] [leɪ] .

The	**fiend**	**of**	**work**	**he**	**raised**	**no**	**man**	**can**	**lay**	**.**
这	恶魔	的	工作	他	提高	不	男人	能	躺	.

他培养出的这个工作狂，无人能及。

[æz; əz][tuː; tə] ['fɔːrən] ['træv(ə)l] , [ˌaɪ 'tiː] ['wiəriz] [hɪm; ɪm] .

As	**to**	**foreign**	**travel**	**,**	**it**	**wearies**	**him**	**.**
作为	到	外国的	旅行	,	它	疲惫	他	.

至于出国旅行，他感到厌倦。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

损耗；或者，给过度劳累者的建议(Wear and Tear; Or, Hints for the Overworked)

[hiː; hi] [hæz; həz] [nɑːt] [ðə; ði] ['kʌltʃər] [wɪtʃ] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [ə'veɪləb(ə)l] [ɔːr] ['plez(ə)nt] .

He	has	not	the	culture	which	makes	it	available	or	pleasant	.
他	有	不是	这	文化	哪个	制作	它	可用的	或者	令人愉快的	.

他没有那种能让他接触或欣赏这种文化的文化背景。

[ˌnɑːtwɪθ'stændɪŋ] [ðə; ði] [plæ'stɪsəti] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ə'merɪkən] , [hiː; hi] [ɪz] [naʊ] [wɪ'ðaʊt] ['riːsɔːrsɪz] .

Notwithstanding	the	plasticity	of	the	American	,	he	is	now	without	resources	.
虽然	这	可塑性	的	这	美国人	,	他	是	现在	没有	资源	.

尽管这位美国人适应能力很强，但他现在却一无所有。

[wʌt] [ðen] [tuː; tə] [əd'vaɪz] [aɪ] [hæv; həv] [æskt] [maɪ'self] ['kaʊntləs] [taɪmz] .

What	then	to	advise	I	have	asked	myself	countless	times	.
什么	然后	到	建议	我	有	问	我	无数	时代	.

那么，我应该给出什么建议呢？我无数次问过自己这个问题。

[let] [hɪm; ɪm] [æt; ət] [liːst] [lʊk] [tuː; tə] [ˌaɪ 'tiː] [ðæt] [hɪz; ɪz] [bɔɪz] [goʊ] [nɑːt] [ðə; ði] [seɪm] ['iːv(ə)l] [roʊd] .

Let	him	at	least	look	to	it	that	his	boys	go	not	the	same	evil	road	.
让	他	在	至少	看	到	它	那	他的	男孩们	去	不是	这	相同的	邪恶的	路	.

至少让他注意别让自己的儿子们走上同样的邪恶道路。

[ðə; ði] [best] ['bɪznəs] [men] [ɑːr; ər] [æpt] [tuː; tə] [θɪŋk] [ðæt] [ðer; ðər] [oʊn] [sək'sesf(ə)l] [kɝ'ɪrz] [ˌreprɪ'zent]

The	best	business	men	are	apt	to	think	that	their	own	successful	careers	represent
这	最好的	商业	男人	是	易于	到	思考	那	他们的	自己的	成功的	职业生涯	代表

[ðə; ði] [laɪvz; lɪvz] [ðer; ðər] ['tʃɪldrən] [ɔːt] [tuː; tə] ['fɑːloʊ] ,

the	lives	their	children	ought	to	follow	,
这	生活	他们的	孩子们	应该	到	跟随	,

最成功的商人往往认为，他们自己成功的职业生涯代表了他们的孩子应该效仿的人生道路。

[ænd; ənd] [ðæt] [ðə; ði] [fɔːr] ['jɪrz] [ʌv; əv] ['kɑːlɪdʒ] [spɔɪl] [ə; eɪ] [læd] [fɔːr; fər] ['bɪznəs] .

and	that	the	four	years	of	college	spoil	a	lad	for	business	.
和	那	这	四	年	的	大学	剧透	一个	小伙子	为了	商业	.

大学四年会毁掉年轻人经商的本事。

[ɪn] [ri'ælətɪ] [ðiːz] ['jɪrz] , [biː; bi] [ðeɪ] ['aɪd(ə)l] [ɔːr] [wel] [fɪld] [wɪð; wɪθ] [wɜːrk] ,

In	reality	these	years	,	be	they	idle	or	well	filled	with	work	,
在	现实	这些	年	,	是	他们	闲置的	或者	出色地	已填	和	工作	,

事实上，这些年，无论是闲暇时光还是忙碌的工作，

[gɪv] [jʌŋ] [men] [ðə; ði] ['kʌstəm] [ʌv; əv] [pleɪ] ,

give	young	men	the	custom	of	play	,
给	年轻的	男人	这	风俗	的	玩	,

让年轻人养成玩耍的习惯，

[ænd; ənd] [sə'raʊnd] [ðem; ðəm] [wɪð; wɪθ] [æn; ən] ['ætməsfɪr] [ʌv; əv] ['kʌltʃər] [wɪtʃ] [liːvz] [ðem; ðəm]

and	surround	them	with	an	atmosphere	of	culture	which	leaves	them
和	环绕	他们	和	一个	气氛	的	文化	哪个	树叶	他们

[wɪð; wɪθ] ['baʊntɪf(ə)l] ['riːsɔːrsɪz] [fɔːr; fər] ['aʊərz] [ʌv; əv] ['liːʒər] ,

with	bountiful	resources	for	hours	of	leisure	,
和	丰富	资源	为了	小时	的	闲暇	,

并让他们沉浸在文化氛围中，从而为他们提供丰富的休闲资源，让他们享受数小时的闲暇时光。

[waɪl] [ðeɪ] [ɪn'ʃʊr] [tuː; tə] [ðem; ðəm] [ɪn] [ðiːz] ['jɪrz] [ʌv; əv] [groʊθ] ['hoʊlsəm] ,

while	they	insure	to	them	in	these	years	of	growth	wholesome	,
尽管	他们	保证	到	他们	在	这些	年	的	生长	健康	,

虽然他们保证孩子们在这些成长的岁月里健康快乐地生活，

[ʌn'wɜ:rid] ['fri:dəm] [frʌm; frəm] [sʌtʃ] ['bɪznəs] ['preʃər] [æz; əz][ðə; ði] [sək'sesf(ə)l] ['perənt] [ɪz][soʊ][æpt]

unworried	freedom	from	such	business	pressure	as	the	successful	parent	is	so	apt
不担心	自由	从	这样的	商业	压力	作为	这	成功的	父母	是	所以	易于

[tu:; tə] [pʊt] [ɑ:n] [tu:] ['ju:θfl] ['ʃəuldəz] .

to	put	on	too	youthful	shoulders	.
到	放	在	也	青春	肩膀	.

无忧无虑地摆脱成功父母常常强加在过于年轻的孩子肩上的那种商业压力。

['sʌmwʌt] [dɪ'stræktɪd] [baɪ][ðə; ði][dɪ'zaɪər][tu:; tə][bi:; bi] [bri:f] , [ænd; ənd] [jet] [tu:; tə] [tel] [ðə; ði] [hoʊl]

Somewhat	distracted	by	the	desire	to	be	brief	,	and	yet	to	tell	the	whole
有些	愣	经过	这	欲望	到	是	简短的	,	和	然而	到	告诉	这	所有的

['stɔ:ri] ,

story	,
故事	,

虽然有点分心，既想言简意赅，又想把整个故事讲清楚，

[aɪ][hæv; həv] [sɔ:t] , [ɪn] [wʌt] [aɪ] [fɪr] [ɪz][ə; eɪ] ['veri] [lu:s] [ænd; ənd] [ˌdɪskə'nektɪd] [weɪ] ,

I	have	sought	,	in	what	I	fear	is	a	very	loose	and	disconnected	way	,
我	有	寻求	,	在	什么	我	害怕	是	一个	非常	松动的	和	断开连接	方式	,

我一直试图寻找，但我恐怕我的方法非常松散和零散。

[tu:; tə] [pʊt] [ɪn][ə; eɪ] [nu:] [laɪt] [sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði]['i:vəlz] [wɪtʃ] [ɑ:r; ər] ['hɜ:rtɪŋ] [ðə; ði] ['mʌðərz] [ʌv; əv]

to	put	in	a	new	light	some	of	the	evils	which	are	hurting	the	mothers	of
到	放	在	一个	新的	光	一些	的	这	罪恶	哪个	是	受伤	这	母亲们	的

['aʊər; ɑ:r] [reɪs] ,

our	race	,
我们的	种族	,

为了以新的视角揭示一些正在伤害我们种族母亲的罪恶，

[ænd; ənd] [ðoʊz] [wɪtʃ] ['evri] ['deɪz] [ɪk'spɪriəns] ['ti:tʃɪz] [ðə; ði]['dɑ:ktər][ɑ:r; ər] ['greɪvli] [ə'fektɪŋ]

and	those	which	every	day's	experience	teaches	the	doctor	are	gravely	affecting
和	那些	哪个	每一个	天	经验	教导	这	医生	是	严重地	影响

[ðə; ði] ['wɜ:rkɪŋ] [kə'pæsəti][ʌv; əv] ['nʌmbərləs] [men] .

the	working	capacity	of	numberless	men	.
这	在职的	容量	的	无数	男人	.

而医生每天的经验都表明，这些疾病正在严重影响无数男性的工作能力。

[aɪ] [trʌst] [aɪ][hæv; həv][sək'si:dəd, sək'si:dɪd][ɪn] ['sætɪsfaɪɪŋ] [maɪ] ['ri:dɝz] [ðæt] [wi:; wi] [dwel] [ɪn][ə; eɪ]

I	trust	I	have	succeeded	in	satisfying	my	readers	that	we	dwell	in	a
我	相信	我	有	成功了	在	令人满意	我的	读者	那	我们	住	在	一个

['klaɪmət] [wer] [wɜ:rk][ʌv; əv][ɔ:l][kaɪndz][dɪ'mændz] ['greɪtər] [pri'kɔ:ʃənz] [æz; əz][tu:; tə] [helθ] [ðæn; ðən]

climate	where	work	of	all	kinds	demands	greater	precautions	as	to	health	than
气候	在哪里	工作	的	全部	种类	需求	更大的	防范措施	作为	到	健康	比

[ɪz][ðə; ði] [keɪs] [ə'brɔ:d] .

is	the	case	abroad	.
是	这	案件	国外	.

我相信我已经成功地让我的读者们明白，我们生活在一个各种工作都需要比国外更注重健康防护的环境中。

[wi:; wi] ['kænɑ:t] [ɪm'pru:v] ['aʊər; ɑ:r] ['klaɪmət] ,

We	cannot	improve	our	climate	,
我们	不能	提升	我们的	气候	,

我们无法改善气候，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz][kwaɪt]['pɑːsəb(ə)l][ðæt][wiː; wi][hæv; həv][nɑːt] [sə'fɪʃntli] ['lɜːrnɪd] [tuː; tə]['mɑːdɪfaɪ][ðə; ði]

but	it	is	quite	possible	that	we	have	not	sufficiently	learned	to	modify	the
但	它	是	相当	可能的	那	我们	有	不是	足够	学习	到	调整	这

[kən'dɪʃ(ə)nz][ʌv; əv]['leɪbər][ɪn] [ə'kɔːrdns] [wɪð; wɪθ] [ðoʊz] [ʌv; əv][ðə; ði][skaɪ]['ʌndər] [wɪtʃ] [wiː; wi][lɪv; laɪv]

conditions	of	labor	in	accordance	with	those	of	the	sky	under	which	we	live
状况	的	劳动	在	根据	和	那些	的	这	天空	在下面	哪个	我们	居住

.

:

.

但是，我们很可能还没有充分学会根据我们所处的自然环境来改变劳动条件。

[noʊ]['stuːd(ə)nt][ʌv; əv][ðə; ði] ['nɜːrvəs] ['mælədi] [ʌv; əv] [ə'merɪkən] [men][ænd; ənd] ['wɪmɪn] [wɪl] [θɪŋk] [aɪ]

No	student	of	the	nervous	maladies	of	American	men	and	women	will	think	I
不	学生	的	这	紧张的	疾病	的	美国人	男人	和	女性	将要	思考	我

[hæv; həv][ˌoʊvər'drɔːn]['eni][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['fɔːrgoʊɪŋ] [sketʃ] .

have	overdrawn	any	part	of	the	foregoing	sketch	.
有	透支	任何	部分	的	这	前文	草图	.

任何研究美国男女神经疾病的学生都不会认为我对前面的描述有任何夸大之处。

[ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [hæv; həv] [bɪn] [æz; əz] ['iːzi] , [hæd; həd] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [kɔːrs] [bɪn] ['prɑːpər] ,

It	would	have	been	as	easy	,	had	such	a	course	been	proper	,
它	会	有	到过	作为	简单的	,	有	这样的	一个	课程	到过	恰当的	,

如果这样的课程安排得当，事情本来就会很简单。

[tuː; tə] [tel] [ðə; ði][ˌɪndɪ'vɪdʒuəl] ['stɔːriz] [ʌv; əv] [juːθ] , ['vɪgərəs] , ['iːgər] , ['meɪkɪŋ] [heɪst] [tuː; tə][biː; bi]

to	tell	the	individual	stories	of	youth	,	vigorous	,	eager	,	making	haste	to	be
到	告诉	这	个人	故事	的	青年	,	蓬勃	,	渴望的	,	制作	匆忙	到	是

[rɪtʃ] ,

rich	,
富有的	,

讲述那些精力充沛、渴望致富的年轻人的个人故事，

[rekt] [ænd; ənd] [meɪd] [ˌʌnprə'dʌktɪv] [ænd; ənd] [dɪ'pendənt] [fɔːr; fər] ['jɪrz] [ɔːr][fər'evər] ; [ænd; ənd]

wrecked	and	made	unproductive	and	dependent	for	years	or	forever	;	and
损毁	和	制成	低效的	和	依赖	为了	年	或者	永远	;	和

[ʌv; əv]['mɪd(ə)l][eɪdʒ] ,

of	middle	age	,
的	中间	年龄	,

身心俱疲，丧失生产力，多年甚至永远需要依赖他人；以及中年时期，

[ʌn'eɪb(ə)l][ɔːr] [ʌn'wɪlɪŋ] [tuː; tə] [pɔːz] [ɪn][ðə; ði] [kə'rɪr] [ʌv; əv]['dɑːlər] - ['getɪŋ] ,

unable	or	unwilling	to	pause	in	the	career	of	dollar	-	getting	,
无法	或者	不情愿	到	暂停	在	这	职业	的	美元	-	获得	,

无法或不愿暂停赚钱的职业生涯，

[krʌʃt] [tuː; tə] [ɜːrθ] [ɪn][ðə; ði]['aʊər][ʌv; əv][fruˈɪʃ(ə)n] ,

crushed	to	earth	in	the	hour	of	fruition	,
碎	到	地球	在	这	小时	的	果实	,

在硕果累累之时，被碾碎于尘土之中。

[ɔːr] [meɪd] ['paʊərləs] [tuː; tə]['leɪbər][lɔːŋgər][æt; ət]['eni][kɔːst][fɔːr; fər] [ðoʊz] [huː] [wɜːr; wər] ['dɪrɪst] .

or	made	powerless	to	labor	longer	at	any	cost	for	those	who	were	dearest	.
或者	制成	无力	到	劳动	更长	在	任何	成本	为了	那些	WHO	是	亲爱的	.

或者使自己无力再为最亲近的人付出任何代价而继续劳动。

[[ˌtuː'tuː]] [ɪn] - .

[	2	]	In	1871	.
[	2	]	在	-	.

[2]1871年。

[[θriː]] [siː] , [naʊ] , " [breɪn] - [wɜːrk][ænd; ənd][ˌoʊvərˈwɜːrk] , " [baɪ][eɪtʃ] . [siː] . [wʊd] , [em] . [diː] . ;

[	3	]	See	,	now	,	"	Brain	-	Work	and	Overwork	,	"	by	H	.	C	.	Wood	,	M	.	D	.	;
[	3	]	看	,	现在	,	"	脑	-	工作	和	过度劳累	,	"	经过	H	.	C	.	木头	,	M	.	D	.	;

['ɔːlsoʊ] ,

also	,
还	,

[3]参见 HC Wood 医学博士所著《脑力劳动与过度劳动》；另见，

" ['ment(ə)l][ˌoʊvərˈwɜːrk][ænd; ənd][ˌpriːməˈtʃʊr; ˌpriːməˈtʊr] [dɪˈziːz] [əˈmʌŋ] ['pʌblɪk][ænd; ənd] [prəˈfeʃən(ə)l]

"	Mental	Overwork	and	Premature	Disease	among	Public	and	Professional
"	精神的	过度劳累	和	过早	疾病	之中	民众	和	专业的

[men] , " [baɪ][tʃeɪtʃ] . [keɪ] . [mɪlz] ,

Men	,	"	by	Ch	.	K	.	Mills	,
男人	,	"	经过	ch	.	K	.	米尔斯	,

《公共和专业男性中的精神过度劳累与过早患病》，作者：Ch. K. Mills

[em] . [diː] . ; ['ɔːlsoʊ] , " [ˌoʊvərˈwɜːrk][ænd; ənd][ˌsænɪˈteɪʃ(ə)n][ɪn]['pʌblɪk] [skuːlz] ,

M	.	D	.	;	also	,	"	Overwork	and	Sanitation	in	Public	Schools	,
M	.	D	.	;	还	,	"	过度劳累	和	卫生	在	民众	学校	,

医学博士；另见"公立学校的过度劳累和卫生状况，

[wɪð; wɪθ] [riˈmaːks] [ɑːn][ðə; ði] [prəˈdʌkʃn] [ʌv; əv] ['nɜːrvəs] [dɪˈziːz] [ænd; ənd][ɪnˈsænəti] , " [baɪ][tʃeɪtʃ] .

with	Remarks	on	the	Production	of	Nervous	Disease	and	Insanity	,	"	by	Ch	.
和	评论	在	这	生产	的	紧张的	疾病	和	疯狂	,	"	经过	ch	.

[keɪ] . [mɪlz] ,

K	.	Mills	,
K	.	米尔斯	,

附有关于神经疾病和精神错乱产生原因的评论，作者：Ch. K. Mills

[em] . [diː] . , - - ['æn(ə)lz][ʌv; əv] ['haɪdʒiːn] , [sepˈtembər] , - .

M	.	D	.	,	-	-	Annals	of	Hygiene	,	September	,	1886	.
M	.	D	.	,	-	-	志	的	卫生	,	九月	,	-	.

医学博士，《卫生年鉴》，1886 年 9 月。

[[fɔːr]] [aɪ] [æskt] [tuː] ['sɪtəznz] [ʌv; əv] [ðɪs] [ʌnˈiːzi] [taʊn] - - [ɑːn][ðə; ði] [seɪm] [deɪ] - - [wʌt] [wʌz; wəz]

[	4	]	I	asked	two	citizens	of	this	uneasy	town	-	-	on	the	same	day	-	-	what	was
[	4	]	我	问	二	公民	的	这	不安	镇	-	-	在	这	相同的	天	-	-	什么	曾是

[ðer; ðər] ['bɪznəs] .

their	business	.
他们的	商业	.

[4]我在同一天询问了这个动荡不安的小镇上的两位居民，他们是做什么的。

[bəuθ] [rɪˈplaɪd] ['trænŋkwɪli] [ðæt] [ðeɪ] [wɜːr; wər] ['spekjəˌleɪtəz] !

Both	replied	tranquilly	that	they	were	speculators	!
两个都	回复	平静地	那	他们	是	投机者	!

两人平静地回答说，他们是投机者！

[[faɪv]] ['fɔːrti] - [naɪnθ] ['ænjuəl] [rɪˈpɔːrt] [ʌv; əv][ðə; ði] [ˌmæsəˈtʃuːsɪts] [bɔːrd] [ʌv; əv][ˌedʒuˈkeɪʃ(ə)n] , [piː] .

[	5	]	Forty	-	ninth	Annual	Report	of	the	Massachusetts	Board	of	Education	,	p	.
[	5	]	四十	-	第九	年度的	报告	的	这	马萨诸塞州	木板	的	教育	,	p	.

-	(	[dʒɑːn][tiː] . [prɪns]	)	.
204	(	John T . Prince	)	.
-	(	约翰 T . 王子	)	.

[5]马萨诸塞州教育委员会第四十九年度报告，第 204 页（John T. Prince）。

[[sɪks]] ['wɪtnəs] ['rɪtʃɚdsənz] ['heroʊɪn] , [huː] [wʌz; wəz] " ['pɜːrfɪkt] ['mɪstrəs] [ʌv; əv][ðə; ði] [fɔːr] [ruːlz]

[	6	]	Witness	Richardson's	heroine	,	who	was	"	perfect	mistress	of	the	four	rules
[	6	]	证人	理查森的	女英雄	,	WHO	曾是	"	完美的	情妇	的	这	四	规则

[ʌv; əv] [əˈrɪθmətɪk] " !

of	arithmetic	"	!
的	算术	"	!

[6]请看理查森笔下的女主人公，她是"算术四则规则的完美掌握者"！

[['sɛvən]] [ɪn][ðə; ði]['sɪti] [wer] [ðɪs] [ɪz] ['rɪt(ə)n] [ðer; ðər][ɪz] , [soʊ][fɑːr][æz; əz][aɪ] [noʊ] ,

[	7	]	In	the	city	where	this	is	written	there	is	,	so	far	as	I	know	,
[	7	]	在	这	城市	在哪里	这	是	书面	那里	是	,	所以	远的	作为	我	知道	,

[7]据我所知，在撰写此文的城市里，

[nɑːt][wʌn]['praɪvət]['gɝːlz] - [skuːl] [ɪn][ə; eɪ] ['bɪldɪŋ] [plænd] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [skuːl] - [haʊs] .

not	one	private	girls	'	school	in	a	building	planned	for	a	school	-	house	.
不是	一	私人的	女孩们	-	学校	在	一个	建筑	计划	为了	一个	学校	-	房子	.

没有一所私立女子学校建在规划为校舍的建筑里。

[æz; əz][ə; eɪ] ['kɑːnsɪkwens] , [wiː; wi] [hɪr] ['endləs] [kəm'pleɪnts] [frʌm; frəm] [jʌŋ] ['leɪdiz] [ʌv; əv]

As	a	consequence	,	we	hear	endless	complaints	from	young	ladies	of
作为	一个	结果	,	我们	听到	无尽的	投诉	从	年轻的	女士们	的

[ˌoʊvər'hiːtɪd] [ɔːr] ['tʃɪli] [ruːmz; rʊmz] .

overheated	or	chilly	rooms	.
过热	或者	寒冷	房间	.

因此，我们不断听到年轻女性抱怨房间太热或太冷。

[ɪf] [ðə; ði] ['tiːtʃər] [biː; bi][oʊld] , [ðə; ði] [ruːm] [ɪz] [kept] [tuː] [wɔːrm] ; [ɪf] [ʃiː; ʃi][biː; bi] [jʌŋ] ,

If	the	teacher	be	old	,	the	room	is	kept	too	warm	;	if	she	be	young	,
如果	这	老师	是	老的	,	这	房间	是	保留	也	温暖的	;	如果	她	是	年轻的	,

如果老师年纪大了，教室温度就太高；如果老师年纪小了，

[ænd; ənd] [mʌtʃ] [ə'fʊt] [ə'baʊt][hɜːr; hər] [skuːl] , [ðə; ði][ə'pɑːrtmənt][ɪz][æpt][tuː; tə][biː; bi][koʊld] .

and	much	afoot	about	her	school	,	the	apartment	is	apt	to	be	cold	.
和	很多	步行	关于	她	学校	,	这	公寓	是	易于	到	是	寒冷的	.

学校里发生了很多事，所以公寓里可能会比较冷。

[[eɪt]] [mɪs] ['pɛndəltən] .

[	8	]	Miss	Pendleton	.
[	8	]	错过	彭德尔顿	.

[8]彭德尔顿小姐。

[[naɪn]] [ˌfɪlə'delfɪr] .

[	9	]	Philadelphia	.
[	9	]	费城	.

[9]费城。

[-] [ðə; ði] [nuː] ['emɪgrənt] ['sʌfəz] [ɪn][ə; eɪ] [haɪ] [dɪ'griː] [frʌm; frəm][ðə; ði] [seɪm] ['iːvəlz][æz; əz][tuː; tə]

[	10	]	The	new	emigrant	suffers	in	a	high	degree	from	the	same	evils	as	to
[	-	]	这	新的	移民	遭受	在	一个	高的	程度	从	这	相同的	罪恶	作为	到

['kʊkəri] [wɪtʃ] [ə'fekt] ['oʊnli] [les] [sɪ'vɪrli] [ðə; ði] [mæs] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr]['piːp(ə)l] ,

cookery	which	affect	only	less	severely	the	mass	of	our	people	,
烹饪	哪个	影响	仅有的	较少的	严重	这	大量的	的	我们的	人们	,

[10]新移民在烹饪方面也深受同样的弊端之苦，而这些弊端对我们大多数人的影响只是程度较轻而已。

[ænd; ənd] [ðɪs] , [noʊ] [daʊt] , ['hɛlps][tuː; tə] [ɪn'fiːb(ə)l] [hɪm; ɪm] .

and	this	,	no	doubt	,	helps	to	enfeeble	him	.
和	这	,	不	怀疑	,	帮助	到	虚弱的	他	.

毫无疑问，这有助于削弱他的力量。

[ðə; ði] ['fraɪɪŋ] - [pæn][hæz; həz] , [aɪ] [fɪr] , [ə; eɪ] ['betər] [raɪt] [tuː; tə][biː; bi] [kɔːld] ['aʊər; ɑːr]['næʃ(ə)nəl]

The	frying	-	pan	has	,	I	fear	,	a	better	right	to	be	called	our	national
这	煎炸	-	平底锅	有	,	我	害怕	,	一个	更好的	正确的	到	是	称为	我们的	国家的

['embləm] [ðæn; ðən][ðə; ði]['iːg(ə)l] ,

emblem	than	the	eagle	,
徽	比	这	鹰	,

恐怕，煎锅比鹰更配得上成为我们的国家象征。

[ænd; ənd][aɪ] [griːv] [tuː; tə] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː] [reɪn] [su'priːm] [west] [ʌv; əv][ðə; ði] .

and	I	grieve	to	say	it	reigns	supreme	west	of	the	Alleghanies	.
和	我	悲伤	到	说	它	统治	最高	西方	的	这	阿勒格尼	.

令人遗憾的是，它在阿勒格尼山脉以西地区占据主导地位。

[aɪ] [wel] [rɪ'membər] [ðæt] [ə; eɪ]['pɑːrti][ʌv; əv] [frendz] [ə'baʊt][tuː; tə][kæmp][aʊt][wɜːr; wər][ʌn'eɪb(ə)l][tuː; tə]

I	well	remember	that	a	party	of	friends	about	to	camp	out	were	unable	to
我	出色地	记住	那	一个	派对	的	朋友们	关于	到	营	出去	是	无法	到

[bai] [ə; eɪ]['grɪdaɪərn][ɪn] [tuː] ['westərn] [taʊnz] ,

buy	a	gridiron	in	two	Western	towns	,
买	一个	烤架	在	二	西	城镇	,

我清楚地记得，一群朋友准备去露营，结果在西部两个小镇都没买到烤架。

[iːtʃ] ['nʌmbərɪŋ] ['oʊvər] [fɔːr] ['θaʊz(ə)nd] ['iːtər] [ʌv; əv][fraɪd] [miːts] .

each	numbering	over	four	thousand	eaters	of	fried	meats	.
每个	编号	超过	四	千	食客	的	油煎	肉类	.

每个食用油炸肉类的人数都超过四千人。

[ðə; ði] [end] .

THE	END	.
这	结尾	.

剧终。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神